

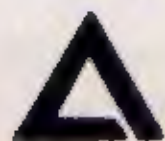
Sother Turtula

Guida alle erbe della salute



SOTHER TURTULA

GUIDA ALLE ERBE DELLA SALUTE



ARMENIA EDITORE

la cura di tutte le malattie, esclusi
 l'azione in un modo o nell'altro, da
 non questa preoccupazione del feto
 sta per trasparire ad ogni pagina, co
 rrisce che ne contraddistingue le op
 e forse alla prima, un'altra annu
 no imparte almeno quanto la prima
 se intenzione così: "Deus est in a
 mento, presente in tutte le opere m
 quare, non al Nostro per portare
 e non quegli aspetti pratici del
 e il dell'interessarsi all'esterno, a
 molto radicalmente col significato
 e ragione di vita, ed inducono nell'es
 primo poco-fuoco che lo recuperi
 Naturi concorda nel dire che l'uomo
 più e meno; oggi l'uomo ha realizza
 e dato da una scienza che altro
 nessuno-oggettivato e che per l'a
 della Natura. Sother Turtula
 Naturi come l'uomo, lungi dall'es
 sta, in profondamente radicato
 e non temporaneamente artef
 comune che lo aliena.
 Con sempre maggior frequenza
 si rivolge lui, alle piante o alle

PREFAZIONE

La causa di tutte le malattie, esclusi gli incidenti, è la violazione, in un modo o nell'altro, delle leggi della natura: questa preoccupazione del fitologo autore del testo, pare trasparire ad ogni pagina, col tratto caratteristico che ne contraddistingue la serietà della fonte. Coesiste alla prima, un'altra ansia del Turtula, del resto lampante almeno quanto la prima, e che possiamo sintetizzare così: "Deus est in nobis". Questo concetto, presente in tutte le opere mistiche di ogni religione, serve al Nostro per portare al livello di tutte le menti quegli aspetti pratici del vivere sani che, al di là dell'interessarsi all'esteriore, alla "crosta", si intreccino radicalmente col significato più intimo della ragione di vita, ed inducano nell'essere umano quel processo psico-fisico che lo recuperi a sé. Già, perché l'Autore concorda nel dire che l'uomo non appartiene più a se stesso; oggi l'uomo ha realizzato la perdita di sé aiutato da una scienza che altro non è se non uno scientismo-oggettivista e che per l'appunto separa l'uomo dalla Natura. Sother Turtula vuole invece sottolineare come l'uomo, lungi dall'essere "altro" dalla natura, sia profondamente radicato "a livello naturale", e solo temporaneamente artefice e vittima di una lacerazione che lo aliena.

Con sempre maggior frequenza i malati si rivolgono, tramite lui, alle piante o alle loro essenze, con

tanto più fervore quanto più grandi ed antichi sono i loro mali, quanto più deludenti sono state le terapie usate sino allora e per i risultati felici e talvolta spettacolari, persino nei più gravi, che essi hanno potuto registrare attorno a sé. D'altra parte, se è vero che l'uso dei vegetali, oggi come ieri, ha permesso di ottenere dei risultati duraturi, ci si può chiedere ragione delle zone d'ombra che, nella storia, hanno accompagnato l'evolversi della fitoterapia. Certo, ieri come oggi, si è sovente creduto d'aver scoperto il metodo assoluto, definitivamente superiore ai suoi precedenti. Ma è pur vero che, per poter espletare tutta la loro potenza, le piante debbono prima essere raccolte con "arte", intesa questa come sintesi dei modi e tempi opportuni (è bene qui osservare all'interno del discorso del modo di usare le piante scelte dal fitologo, come quest'ultimo s'avvicini ad esse alla stessa maniera che un gentiluomo si accosti ad un altro gentiluomo e ad esso parli: perché Turtula "dialoga" effettivamente col mondo vegetale usando quei canali "sottili", propri di chi ha saputo gettare il proprio cuore e la propria mente al di là del visibile con pudore e serietà d'intenti), poi analogamente trattate, ciò che richiede un bagaglio di conoscenze non comune.

L'efficacia delle cure del Turtula è dunque legata al sapere e alla coscienza professionale sua, dal rigore scientifico (metodo) e dalla probità impiegate nella preparazione e mantenimento dei preparati: in altri termini l'Autore non propone una banale lettura, ma bensì una matura opera di riflessione sulle reali possibilità che ancora oggi noi misconosciamo quasi del tutto.

Benedetto Lavagna

PREMESSA

La natura è un insieme di leggi che si esplicano armoniosamente, dunque anche le piante, i fiori, le erbe che sono la parte a noi più accessibile come conoscenza, seguono leggi che sono la base di tutta la vita, della nostra stessa vita. Infatti a seconda del terreno, dell'altitudine, umidità dell'aria e della terra e temperatura, noi troviamo certe qualità di piante, anzi, certe famiglie di vegetali, che differiscono tra loro per l'adattamento all'ambiente in cui hanno attecchito. E' in questo adattamento alle leggi della vita che troviamo la spiegazione della loro validità curativa. Ogni vegetale trae dal terreno i sali che, lavorati tramite la fotosintesi clorofilliana, trasformano le varie sostanze in altre, nella mistura che le analisi chimiche ci dimostrano.

Ma la chimica non si è accontentata di conoscere. Ha voluto andare oltre e separare ed estrarre alcune parti di cui ha potuto verificare l'efficacia tralasciando le altre ritenute inutili.

Così non è. Io affermo che una di queste leggi della natura, a cui dobbiamo conformarci se vogliamo che anche il nostro corpo raggiunga l'armonia rappresentata dalla salute, dice: "I semplici debbono essere trattati con semplicità". Cioè non bisogna privarli della loro integrità naturale se si vuole che agiscano mirabilmente.

Non lasciamoci ingannare dalle forti concentrazioni

chimiche che si possono raggiungere con i prodotti di sintesi.

Se la natura ha disposto che i suoi prodotti debbano contenere solo certe dosi ed in specifiche miscele, è perché un'armonia non deve essere raggiunta a spese di un'altra.

La farmacopea moderna ha studiato farmaci di un'efficacia veramente strabiliante. Purtroppo, se si usa un rimedio che agisce con forza d'urto, ne risulta un contraccolpo che debilita altri organi.

La fitoterapia, a differenza di quanto sopra, ha un'azione lenta, ma senza controindicazioni, perché ad un'azione farmacologica associa un'azione sul piano delle forze vitali contenute nelle erbe, che agiscono sulle forze vitali dell'uomo.

Nei testi antichi sovente troviamo che gli antichi maestri, nei casi gravi, avevano già rimedi efficacissimi tratti da manipolazioni magiche.

Come trovavano questi intrugli?

Il mistero si infittisce, non per ignoranza storica, ma per misconoscenza sopravvenuta sul modo di percepire e concentrare queste forze sottili, contenute nei prodotti della terra, che solo pochi uomini fortunati o caparbi riescono ancora a trovare ed a comunicare con semplicità fuori moda a quanti ne vogliano approfittare.

S.T.

the first of these is the fact that the
the second is the fact that the
the third is the fact that the

the fourth is the fact that the
the fifth is the fact that the
the sixth is the fact that the

the seventh is the fact that the
the eighth is the fact that the
the ninth is the fact that the

the tenth is the fact that the
the eleventh is the fact that the
the twelfth is the fact that the

the thirteenth is the fact that the
the fourteenth is the fact that the
the fifteenth is the fact that the

the sixteenth is the fact that the
the seventeenth is the fact that the
the eighteenth is the fact that the

the nineteenth is the fact that the
the twentieth is the fact that the
the twenty-first is the fact that the

the twenty-second is the fact that the
the twenty-third is the fact that the
the twenty-fourth is the fact that the

the twenty-fifth is the fact that the
the twenty-sixth is the fact that the
the twenty-seventh is the fact that the

Parte Prima

LA SALUTE

ABBAGLIAMENTO DA NEVE

Infiammazione violenta dell'occhio, provocata da lunga permanenza in regioni soleggiate e nevose. Cura: riposo, oscurità, compresse di decotto di foglie di finocchio e camomilla.

ABRASIONE

Lesione artificiale della pelle o delle mucose, dovuta ad attrito o sfregamento. La ferita deve essere disinfettata e protetta con impacco d'Arnica, che si ottiene facendo macerare per 10 giorni gr. 50 di fiori di Arnica in 250 grammi di alcool a 60°. Si filtra con carta da filtro e si pone sulla parte una compressa bagnata di tintura d'Arnica, diluita con il triplo del suo volume di acqua.

ACNE

Infiammazione della pelle. Bibita contro l'acne: Agrimonia gr. 10, Gramigna gr. 10, foglie di Noce gr. 10, Viola tricolore gr. 10. Versato il tutto in un litro d'acqua bollente, si fa bollire 15 minuti, si lascia riposare, si cola e se ne beve un bicchiere al mattino a digiuno e uno alla sera, lontano dalla cena.

AEROFAGIA

Conseguenza della dispepsia nervosa, che si riscontra solitamente nei neuropatici, i quali ingeriscono forti quantità d'aria. Si fa una miscela di Aneto, Lavanda, Issopo, Melissa, il tutto in parti uguali. Si versa in un quarto di litro d'acqua bollente un cucchiaino da tavola della miscela, si fa bollire 5 minuti, si lascia riposare un attimo, si cola e si beve in tre volte nella giornata, dopo i pasti.

AFONIA

Perdita o abbassamento della voce.

1) Si fa una miscela di: Agrimonia, Capelvenere, Ginepro (10 grammi per sorta di pianta). Si versa il tutto in un litro di acqua bollente, si lascia bollire 10 minuti, si cola e se ne beve una tazzina ben zuccherata, più volte nella giornata.

Acufene → Ronzio all'orecchio 11

2) Iresimo gr. 10, Rosmarino gr. 10, Pino silvestre gr. 10. Si versa in un litro d'acqua bollente la miscela con tre cucchiaini di miele, si fa bollire 10 minuti, si lascia riposare, si cola e se ne bevono 3-4 tazze nella giornata.

3) Si fa bollire una manciata di rametti fioriti di Rosmarino, con due cucchiaini di miele, si cola e si fanno gargarismi più volte nella giornata.

4) Si fa bollire un Sedano intero, ben tritato, in un litro di latte bollente, lasciandovelo 10 minuti, si lascia riposare, si cola e si beve ben caldo e ben zuccherato più volte nella giornata.

AFTA

Chiazze grigiastre sulle mucose della bocca, provocate da cattiva digestione.

1) Si fa bollire un pugno di Salvia in mezzo litro di acqua 15 minuti e si fanno impacchi sulla parte.

2) Si fanno bollire gr. 30 di Bardana in mezzo litro d'acqua. Si cola e si fanno impacchi.

3) Far bollire un Limone in un quarto di acqua. Si cola e si fanno impacchi.

4) Si fa bollire un pugno di Timo in mezzo litro d'acqua. Si cola e si fanno gargarismi o impacchi.

AFTA EPIZOOTICA

Diffusa tra i pastori e i mandriani, quando i loro armenti o le loro mandrie ne sono colpiti.

1) Si fa bollire un pugno di Malva e due cucchiaini di Limone in mezzo litro d'acqua. Si cola e si fanno impacchi e gargarismi..

2) Si fa bollire un pugno di foglie di Noce in mezzo litro d'acqua. E si fanno impacchi sulla parte interessata.

ALASTRIM

Malattia che ha apparenze simili al vaiolo. Dopo 10-12 giorni di febbre, mal di capo e dolori al dorso, il corpo del malato si copre di papule che si trasformano in vescichette. Si miscelano gr. 10 di Assenzio, gr. 10 di Lavanda, gr. 10 di Salvia, gr. 10 di Rosmari-

no e gr. 10 di Menta piperita. Si fa bollire il tutto in un litro d'acqua. Si cola e se ne beve un cucchiaino da caffè (5-6 nella giornata). Con lo stesso decotto occorre fare fumente e lavande, più volte durante il giorno.

ALITO CATTIVO

1) Infuso di un pizzico di Menta per una tazza d'acqua bollente. Si cola e si beve prima o dopo i pasti.

2) Si fanno bollire 3-4 foglie di Salvia in una tazza d'acqua. Si cola e si beve dopo i pasti.

3) Si fanno bollire gr. 5 di bacche di Ginepro in una tazza di acqua. Si cola e la si beve prima dei pasti.

ALOPECIA

Caduta dei capelli o dei peli in genere.

1) Si fanno bollire in un litro d'acqua per 20 minuti gr. 50 di Bardana. Si cola e si friziona la parte.

2) Si taglia uno spicchio d'Aglio in due e si frega la parte leggermente.

3) Si fanno bollire per 10 minuti gr. 50 di bacche di Ginepro, in un litro di acqua. Si cola e si friziona la parte malata.

4) Si fanno bollire per 20 minuti gr. 50 di Lauro, in un litro di acqua. Si cola e si friziona la parte.

5) Si fanno bollire per 20 minuti 50 grammi di Tormentilla, in un litro di acqua. Si cola e si friziona la parte.

6) Si fanno bollire per 20 minuti 50 grammi di Equiseto, in un litro d'acqua. Si cola e si friziona la parte.

AMAUROSI

Cecità data da malattia della rétina o. dal nervo ottico. E' transitoria negli attacchi di uricemia e isterismo. Si polverizzano delle foglie di Basilico e si fiutano come si fa col tabacco. In più si prepara la seguente tisana: Salsapariglia gr. 10, Bardana gr. 10, foglie di Noce gr. 10 e gr. 10 di Basilico. Si versa il tutto in un litro

d'acqua bollente. Si lascia riposare, si cola e se ne bevono tre tazzine al giorno, lontano dai pasti.

AMENORREA (Vedi alla voce MESTRUAZIONI)

AMEBA

Animale microscopico unicellulare, presente nelle acque dolci, mobile a mezzo di lieve strisciamento, diviso in numerose specie. Diffonde la dissenteria, la epatite e produce nell'intestino lesioni gravi. Aceto antisettico: gr. 20 di Artemisia, gr. 20 di Rosmarino, gr. 20 di Salvia, gr. 20 di Lavanda, gr. 20 di Menta, gr. 20 di Ruta, gr. 10 di Cannella, gr. 10 di Calamo aromatico, gr. 10 di Chiodi di Garofano, una Noce moscata, una testa d'Aglione e 5 grammi di Canfora, gr. 1300 di aceto purissimo di vino bianco. Lasciare macerare il tutto nell'aceto per 15 giorni in un'arborella chiusa ermeticamente. Si filtra e si conserva in una bottiglia ben chiusa. Si somministra a cucchiaini puro o diluito con acqua, 2-3 volte nella giornata.

AMILOIDOSI

Affezione del fegato, dei reni, dell'intestino, della milza, per tubercolosi, sifilide, ecc. Si fanno bollire in mezzo litro d'acqua gr. 5 di Salsapariglia e gr. 5 di Salvia. Si cola e si aggiunge un cucchiaino da tavola di aceto antisettico. Se ne sorbono 5-6 cucchiaini durante la giornata.

ANASARCA

Eccesso di liquido che invade il tessuto sottocutaneo, spesso prodotto da insufficienza cardiaca.

- 1) Si fa bollire per 15 minuti una manciata di Betulla in mezzo litro di acqua. Si cola e se ne bevono 4-5 tazzine durante la giornata lontano dai pasti.
- 2) Si fanno bollire per 5 minuti gr. 10 di Canapa acquatica in un quarto d'acqua. Si cola e si beve in due volte: mattino (a digiuno) e sera.
- 3) Si fa bollire per 20 minuti una Cipolla tagliata in 4 pezzi in mezzo litro d'acqua. Si lascia riposa-

re. Si cola e si beve in più riprese durante la giornata. Elimina i cloruri in sovrabbondanza nell'organismo.

4) Si fanno bollire per un quarto d'ora gr. 15 di Equiseto in mezzo litro d'acqua. Si lascia riposare, si cola e si beve durante la giornata.

5) Si fanno bollire per 20 minuti gr. 10 di Ginestra scopereccia in mezzo litro di acqua. Si lascia riposare, si cola e la si beve tutta durante la giornata.

6) Si fanno bollire per 20 minuti gr. 20 di Spirea olmaria in mezzo litro d'acqua. Si lascia riposare, si cola e si beve tutta durante la giornata.

ANGINA PECTORIS

1) Si fanno bollire per un quarto d'ora gr. 2 di Arnica in un litro d'acqua. Si filtra accuratamente per impedire che i peli del pappo, irritando la gola, producano il vomito. Se ne bevano 2-3 cucchiaini al giorno. Attenzione: non oltrepassare la dose, l'Arnica è velenosa.

2) Si versa un cucchiaino da caffè di Biancospino in una tazza d'acqua bollente. Si lascia riposare qualche minuto, si cola e si beve 2-3 volte al dì. Questo infuso ha la proprietà di tonificare il cuore e di regolarizzare la funzionalità dei vasi. Portando equilibrio tra pressione sanguigna e forza d'impulso del cuore, rende più durevole e più efficace il compito cardiaco.

3) Si versa in una tazza d'acqua bollente un pizzico di Melissa. Si lascia riposare, si cola e si beve ben calda. Una tazza dopo i pasti.

ANEMIA

1) Alchimilla, Angelica, Edera terrestre. Il tutto in parti uguali. Si versa in una tazza d'acqua bollente un pizzico della miscela. Si lascia riposare, si cola e la si beve dopo i pasti.

2) Si versa in una tazza d'acqua bollente un pizzico della miscela di: Genziana, Trifoglio fibrino e Verbena. Si cola, si zucchera e la si beve a digiuno.

3) Ortiche, Timo, Centaurea e Ruta. Il tutto in

parti uguali. Si versa in una tazza d'acqua bollente un pizzico della miscela. Si cola e se ne beve una tazza prima dei pasti, ben zuccherata.

ANTRACE

Formazione pustolosa da infezione carbonchiosa.

Malva fresca. Si usano tutte le parti, pianta, foglie e fiori, che si fanno bollire lungamente in acqua. Si applica, ben caldo, a mo' di cataplasma.

APPENDICITE

1) Si fanno bollire gr. 30 di Fieno greco in un litro d'acqua. Si lascia bollire per 20 minuti. Si cola e se ne bevono 5-6 cucchiaini durante l'infiammazione.

2) Si fanno bollire per 10 minuti gr. 20 di Pratolina in mezzo litro d'acqua. Lasciare riposare, colare e berla in più riprese a cucchiaini.

3) Si fanno bollire per 20 minuti gr. 30 di foglie di Rovo in un litro d'acqua. Si cola e se ne bevono 5-6 bicchierini.

APOPLESSIA

1) Si fanno bollire gr. 50 di Alchimilla in un litro d'acqua fino a riduzione di $\frac{1}{3}$. Si lascia riposare mezz'ora, si cola e se ne bevono 4-5 tazzine al giorno.

2) Si fanno bollire per 20 minuti gr. 30 di Equiseto in un litro d'acqua. Si lascia riposare. Si cola e se ne bevono 4-5 tazzine durante la giornata.

3) Si fanno bollire gr. 30 di Quercia o Rovere in un litro d'acqua. Si lascia riposare. Si cola e se ne bevono 5-6 cucchiaini nella giornata.

ARROSSAMENTO DELLA PELLE

Per l'arrossamento, o Eritema, si ricorre a un unguento di Malva. Si prepara con gr. 20 di Malva fresca e gr. 60 di burro. Si fa bollire finché l'acqua contenuta nella pianta non sia completamente evaporata. Quindi si conserva in barattolo di vetro. L'unguento deve essere applicato sulla parte arrossata senza massaggiare.

ARTERIOSCLEROSI

Degenerazione e indurimento delle pareti delle arterie.

- 1) Tintura di Aglio: si macerano in gr. 100 di alcool a 95° gr. 120 di Aglio secco e pestato, per 10 giorni; quindi si filtra. Se ne prendono ogni mattina a digiuno 20-25 gocce in 2 dita di acqua per due mesi.
- 2) Infuso di Biancospino: si prepara al mattino versando mezzo litro di acqua bollente su di un pizzico di fiori. Si lascia riposare 20 minuti, si cola, si zucchera e si beve a più riprese durante la giornata. Una tazzina si deve bere tiepida prima di coricarsi.
- 3) Calamo aromatico: si versano gr. 10 di rizoma in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare mezz'ora, si cola, si zucchera e si beve a più riprese nel corso della giornata.
- 4) Maggiorana: si versano gr. 15 di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare per 20 minuti circa, si cola, si addolcisce con miele e si beve in più riprese nel corso della giornata.
- 5) Tè di Vischio: si prepara facendo bollire gr. 50 di foglie e di rametti di Vischio in un litro di acqua. Si cola e se ne bevono 3-4 tazze al giorno.

ARTRITE

Infiammazione delle articolazioni.

- 1) Decotto di Carciofo (radice): si versano gr. 20 in mezzo litro d'acqua. Si lascia bollire 20 minuti, si cola, si addolcisce e si beve in più riprese nella giornata.
- 2) Tisana di Frassino: si versano gr. 15 di foglie in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare per circa un quarto d'ora, si cola, si zucchera e se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata.
- 3) Infuso di Spirea olmaria: si versano gr. 20 di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare 20 minuti, si cola e si beve in più riprese nel corso della giornata.

ASCARIDE LUMBRICOIDE

Verme rotondo parassita dell'uomo, particolarmente frequente nei bambini.

- 1) Aglio: ai bambini si può dare un miscuglio di una parte di Aglio, due parti di acqua e due di zucchero (2-3 cucchiaini al giorno), oppure alcune gocce del succo spremute su di una zolletta di zucchero; oppure mescolato crudo o cotto agli alimenti.
- 2) Vino di Assenzio: si prepara, infondendo a freddo 15-20 grammi di Assenzio in un litro di vino bianco. Dopo 4 giorni si cola e si prende a cucchiaini (4-5 al giorno a distanza uno dall'altro).
- 3) Semi di Zucca: si prepara con gr. 60 di semi, tolta la buccia, e gr. 20 di zucchero. Si pesta il tutto in un mortaio, fino ad ottenere una pasta omogenea, finemente macinata. Si prende poi tale e quale, 2 cucchiaini al mattino a digiuno per tre giorni.

ASCESSI

Raccolta di pus nei tessuti, provocato da forti infiammazioni.

- 1) Emolliente di Malva: si usano tutte le parti della pianta fresca, che si fanno bollire lungamente in acqua e si applicano sotto forma di caldo cataplasma sull'ascesso.
- 2) Cipolla: si fa bollire una cipolla per 20 minuti in acqua e si applica sotto forma di cataplasma sull'ascesso.
- 3) Foglie di Sambuco: si fa bollire una manciata di foglie fresche o secche, in un po' d'acqua, e si applicano poi calde sulla parte malata.

ASCITE

Raccolta di liquido nella cavità peritoneale.

- 1) Infuso di Cardo santo: si versano in un quarto d'acqua bollente gr. 5 di Cardo santo. Si lascia riposare, si cola e si beve durante la giornata.
- 2) Vino di Ginepro: si prepara con gr. 50 di bacche frantumate di Ginepro messe a macerare per 10 giorni in un litro di ottimo vino bianco. Si be-

vono due bicchierini al giorno di questo vino. Oppure: si prepara un infuso con tre cucchiaini di bacche di Ginepro ben frantumate in un litro d'acqua bollente. Se ne prendono tre tazze al dì.

3) Infuso di Spirea olmaria: si versano in un quarto d'acqua bollente gr. 10 di Spirea olmaria. Si lascia riposare, si cola e si beve nella giornata.

4) Decotto di Ortiche: si fanno bollire gr. 30 di steli e foglie di Ortiche in un litro e mezzo di acqua, che si riduce con l'ebollizione a due terzi. Se ne bevono 4-5 tazze al giorno per 15-20 giorni di seguito.

ASMA

Decotto di Pino (*Pinus Sylvestris*). Si prepara con gr. 20 di foglie di Pino silvestre ed un litro d'acqua e deve essere bevuto nel corso della giornata.

1) Infuso di semi di Anice: si prepara con un cucchiaino di semi in una tazza d'acqua bollente, in cui si lascia riposare circa due ore. Si cola, si beve in più riprese.

2) Aglio: si prepara pestando alcuni spicchi di Aglio, facendolo bollire in una tazza di latte. Si lascia riposare e si cola. Si beve a cucchiaini più volte al giorno.

3) Infuso di Maggiorana: si versano le cime fiorite di Maggiorana (gr. 10) in una tazza d'acqua bollente. Si lascia riposare, si cola e si beve più volte nella giornata.

4) Decotto di Marrubio: si prepara versando gr. 20 di sommità fiorite in una tazza d'acqua che si farà bollire 15 minuti. Si lascia riposare, si cola e si beve a cucchiaini più volte al giorno.

5) Vino di Enula campana: si prepara con gr. 30 di Enula ben frantumata infusa in 900 grammi di vino bianco e 100 grammi di alcool a 95°, si agita ogni tanto e dopo 48 ore si filtra. Se ne prende un cucchiaino più volte al giorno.

6) Miscela composta di: Edera terrestre gr. 30, Isopo gr. 30, Polipodio gr. 50, Petali di Rosolaccio gr. 50, Liquirizia gr. 50, fiori di Pratolina gr. 50. Si

versa un cucchiaino da tavola della miscela in un quarto di acqua bollente. Si lascia riposare, si cola e si beve in più riprese durante la giornata.

ATONIA

Assenza di tono, debolezza, depressione. Può colpire anche solo un organo o un tessuto.

1) Tè di Basilico: si prepara con un pizzico (2-3 gr.) della pianta in una tazza di acqua bollente. Si prende due volte al giorno, dopo i pasti. Ha azione tonica, stimolante. Utilissimo nei languori di stomaco, nelle digestioni lente e penose, nella debolezza generale, nelle coliche, nei vomiti e nelle vertigini.

2) Infuso di Cardo santo: si prepara con 2-3 grammi di Cardo santo in una tazza d'acqua bollente, da prendersi prima dei due pasti principali. Ha estesa applicazione in molte malattie croniche e nelle convalescenze da malattie acute.

3) Decotto di Tarassaco: si prepara con gr. 40 di radici e foglie di Tarassaco in un litro d'acqua, che si fanno bollire per 20 minuti. Si lascia riposare per mezz'ora, si cola e se ne beve 4-5 tazzine durante la giornata.

4) Infuso di Issopo: si prepara con un pizzico di pianta fiorita in una tazza d'acqua bollente. Se ne prendono 2-3 tazze al giorno.

BERI-BERI

Malattia causata dall'esclusivo uso del riso. Agisce sul sistema nervoso e produce il formicolio doloroso che avvertiamo quando un arto si intorpidisce in seguito a pressione. L'intero corpo del colpito da beri-beri è paralizzato. La cura consiste in somministrazione di estratto di pula di Riso, ricca di vitamina B, indispensabile al nostro organismo. Si trova specialmente nella frutta e verdura, nei semi, negli amari, ecc.

BLEFARITE

Infiammazione dell'orlo della palpebra. Decotto di Equiseto: si prepara facendo bollire per mezz'ora in

un litro d'acqua gr. 60 di Equiseto. Si lascia riposare per circa un'ora, si cola e si fanno impacchi a freddo sugli occhi più volte al giorno, facendone penetrare dentro alcune gocce. Allo stesso decotto si possono aggiungere anche un po' di petali di Rosa rossa, usando la lavanda sugli occhi più volte al dì.

BLÉNORRAGIA

Infiammazione dell'apparato urinario e di quello genitale, prodotta dal "Gonococco". Oltre a gravi disturbi locali, può dare ascessi, cecità, sterilità, artriti, affezioni cardiache mortali. Decotto anti-blenorragia e anti-sifilide, composto della seguente miscela: Salsapariglia gr. 10, Bardana gr. 10, foglie di Noce gr. 10, foglie di Rovo gr. 10 e gr. 10 di Saponaria. Si versa il tutto in un litro d'acqua bollente. Si fa bollire 15 minuti, si lascia riposare e se ne bevono tre tazzine nel corso della giornata lontano dai pasti.

BLÉNORREA

Solitamente la parola significa "gocchetta militare", ma potrebbe significare secrezione di una qualsiasi mucosa infiammata. La blenorrea ha forme gravi nei giovani, nei quali passa facilmente agli occhi. Si riscontra nei neonati, che l'hanno acquisita nascendo dalla vagina materna. (Spesso la madre ignora di essere infetta). La cura consiste nel decotto usato per la blenorragia, reso più leggero, impiegando dosi dimezzate. In più fare impacchi sugli occhi con decotto di Finocchi.

BOCCA ASCIUTTA

La Xerostomia che dà una sensazione di bocca asciutta è una malattia piuttosto rara per cui la lingua sempre arida, si arrossa e si screpola e le membrane mucose si seccano. Infuso di Parietaria: un pizzico di Parietaria in una tazza d'acqua bollente. Si lascia riposare, si cola e si beve in due volte, mattino e sera.

BORBORISMO

E' il brontolio del ventre, causato dal movimento di

liquidi e di gas nelle anse del tenue, indice di attività normale dell'intestino. Se il borborigmo manca è presente la paralisi intestinale. Se è esagerato si ha troppo viva azione intestinale.

1) Infuso di Anice: si versa in una tazza d'acqua bollente un cucchiaino di semi di Anice. Si lascia riposare 10 minuti, si cola e si beve in due volte, mattino e sera, lontano dai pasti.

2) Si versa in una tazza d'acqua bollente un cucchiaino di semi di Finocchio frantumato e un pizzico di Salvia. Si lascia riposare, si cola e si beve in due volte subito dopo i pasti principali.

3) Si versa in una tazza d'acqua bollente un cucchiaino di bacche di Ginepro e un pizzico di Issopo. Si lascia riposare 10 minuti, si cola e si beve in due volte nei due pasti principali.

BRIGHT

Questa nefrite diffusa è un'inflammazione del tessuto del rene, che impedisce a questo le sue funzioni, provocando l'avvelenamento del sangue e la morte.

1) Tè di Basilico: si prepara con un pizzico di pianta fiorita in una tazza di acqua bollente. Si lascia riposare, si cola e si beve al mattino a digiuno.

2) Decotto di Aglio: si prepara con 3-4 spicchi di Aglio, che si fanno bollire in un quarto di acqua per 15 minuti. Si lascia riposare, si cola e si beve durante la giornata.

3) Decotto di Cicoria selvatica: gr. 20 di radice di Cicoria ben frantumata in un litro d'acqua. Si lascia bollire per 20 minuti, si fa riposare, si cola e se ne bevono 5-6 tazzine nel corso della giornata.

4) Si versa in una tazza d'acqua bollente un cucchiaino di bacche di Ginepro e un pizzico di Issopo. Si lascia riposare 10 minuti, si cola e si beve nei due pasti principali.

5) Decotto di Betulla: si versano in mezzo litro d'acqua gr. 20 di foglie di Betulla. Si lascia bollire un quarto d'ora, si fa riposare, si cola e si beve nel corso della giornata.

6) Miscela composta di: Quercia (Rovere), Verga

d'oro, Uva ursina e Betulla. Il tutto in parti uguali. Si versa un cucchiaino da tavola di miscela in un quarto d'acqua bollente e si fa bollire 10 minuti. Si lascia riposare, si cola e si beve in due volte mattino e sera, lontano dai pasti.

BRONCHITE

Infiammazione della mucosa interna dei bronchi.

1) Decotto di Cappuccina: si prepara con gr. 10 della pianta in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora. Si cola e se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata.

2) Infuso di Eucalipto: si prepara con gr. 25 di foglie sminuzzate in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare mezz'ora. Si cola e se ne bevono 4-5 tazzine durante la giornata.

3) Decotto di Tossilaggine (Farferuggine, Farfaro). Si prepara con gr. 50 di foglie bollite in un litro d'acqua per 10 minuti. Si lascia riposare, si cola e se ne bevono 3-4 tazzine nella giornata.

4) Infuso di Tiglio: si prepara con un pizzico di fior di Tiglio in una tazza d'acqua bollente. Si lascia riposare, si cola e si beve caldo 3 volte al giorno.

5) Miscela, composta di: Rosmarino, foglie di Olmo, Polipodio e Eucalipto. Il tutto in parti uguali. Si versa in mezzo litro d'acqua bollente un cucchiaino da tavola della miscela. Si lascia bollire 15 minuti, si cola e si beve durante la giornata. Si addolcisca con miele.

BRONCOPOLMONITE

La tosse convulsa e il morbilllo aprono spesso il varco, specialmente nei bambini, alla broncopolmonite.

1) Decotto di Aglio: si prepara con 5-6 spicchi di Aglio bollito in mezzo litro d'acqua per un quarto d'ora. Si cola e si beve nel corso della giornata.

2) Decotto di Borragine o Borrigo. Si prepara con gr. 20 in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 5 minuti, si cola e si beve ben zuccherato nella giornata.

3) Infuso di Achillea o Millefoglio: si prepara versando mezzo litro di acqua bollente su una manciata di sommità di fiorite di Achillea. Questo infuso verrà somministrato tre volte al giorno e la cura si eseguirà per 8-10 giorni.

4) Decotto di Poligala amara: si prepara con gr. 50 di radice bollita in un litro d'acqua per 20 minuti. Si cola e se ne bevono 5-6 tazzine ben zuccherate durante la giornata.

5) Infuso composto della seguente miscela: Primula, Tiglio, Eufrasia e Eucalipto. Il tutto in parti uguali. Un pizzico della miscela in una tazzina d'acqua bollente. Se ne bevano tre tazzine nella giornata, ben zuccherato.

BRUCIORE DI STOMACO

Sensazione di fuoco alla "bocca dello stomaco" causato da eccesso di acido cloridrico per digestione chimicamente difettosa.

1) Decotto di semi di Anice: si prepara con un cucchiaino di semi in una tazza d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve in due volte dopo i pasti.

2) Infuso di Aneto (radice). Si prepara con gr. 10 di radice frantumata in mezzo litro d'acqua bollente, si lascia riposare, si cola e se ne bevono tre tazzine al giorno dopo i pasti.

3) Infuso di Centaurea minore: si prepara con un pizzico di sommità fiorite in una tazzina d'acqua bollente e se ne beve una tazzina dopo i pasti.

4) Infuso di Melissa: si prepara con una manciata di erba in un quarto di litro di acqua bollente. Si beve dopo i pasti.

5) Rosmarino in polvere: un pizzico di Rosmarino preso in polvere nel primo cucchiaino di minestra.

6) Miscela composta delle seguenti erbe: Veronica, Salvia, Serpillo, Ginepro, Issopo. Il tutto in parti uguali. Un pizzico della miscela in una tazza d'acqua bollente. Tre tazzine nella giornata.

7) Cura delle bacche di Ginepro: la cura consiste nelle bacche stesse. Si comincia il primo giorno col

prenderne 5, masticandole bene prima di inghiottirle, il secondo giorno 6, il terzo giorno 7, e così di seguito, aumentando di una ogni giorno fino ad arrivare a 15. Poi si ritorna indietro diminuendo di una ogni giorno fino a ritornare a 5.

8) Decotto di semi di Finocchio (*Foeniculum officinale*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si cola: si beve un bicchiere ai pasti.

9) Infuso di Menta (*Menta piperita*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Se ne beve un bicchiere caldo ai pasti.

10) Infuso di sommità fiorite di Achillea (*Achillea millefolium*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Se ne beve un bicchiere caldo ai pasti.

11) Infuso della pianta intera di Cariofillata (*Geum urbanum*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola, se ne beve un bicchiere caldo ai pasti.

12) Infuso di radice di Arcangelica (*Angelica officinalis*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione per un quarto d'ora e si cola. Se ne beve un bicchiere caldo ai pasti.

13) Infuso della pianta intera di Melissa (*Melissa officinalis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve un bicchiere caldo ai pasti.

14) Infuso di foglie di Arancio amaro (*Citrus aurantium*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione per un quarto d'ora e si cola. Se ne beve un bicchiere caldo ai pasti.

CALCOLOSI

Disposizione organica al calcolo, dovuta a condizioni chimiche.

1) Calcoli alla bile: per chi sopporta il latte, cura

6) Lozione: miscela di Lauroceraso (*Prunus lauro-cerasus*) gr. 65 foglie, gr. 10 di chiodi di garofano e gr. 10 di Eugenia aromatica (*Eugenia caryophyllata*), da mescolare in 200 grammi di alcolato di Lavanda e 200 grammi di alcolato di Origano. Si lascia macerare 5-6 giorni, si filtra, quindi si aggiunge 15 gr. di etere solforico. Si frizioni il cuoio capelluto due volte al giorno.

b) Pomata per fare crescere i capelli: 1) Si fanno fondere dolcemente insieme 60 gr. di strutto con gr. 8 di cera bianca. Si lascia raffreddare quindi si aggiungono gr. 8 di balsamo del Tolù, stemperato in un po' d'alcool, gr. 4 di tintura di Cantaride e 20 gocce d'essenza di Rosmarino. Si mescola il tutto e si friziona il cuoio capelluto, due volte al giorno, con la stessa.

2) Si fa liquefare dolcemente gr. 150 di midollo di bue, gr. 100 di sugna e gr. 15 di cera vergine. Si lascia raffreddare e si aggiungono gr. 15 d'olio di nocciola e un cucchiaino di succo di limone. Quindi si friziona.

3) Si fanno fondere dolcemente gr. 60 di midollo di bue, si lascia raffreddare e si aggiungono, gr. 5 d'olio rosato, 1/2 grammo di estratto di Cantaride e 40 gocce di essenza di limone. Si amalgama bene il tutto e si massaggia il cuoio capelluto con una quantità di formato pari ad un pisello. Si lava ogni due giorni la parte con acqua tiepida e scaglie di sapone di Marsiglia. Prima di iniziare queste lozioni è bene massaggiare energicamente il cranio, nei luoghi in cui mancano i capelli, con succo di Ortiche (*Urtica dioica*) che si pesteranno in un mortaio per estrarne il succo. Questa terapia è bene che sia iniziata in primavera, periodo in cui la piantina è ricca e vigorosa.

CARBONCHIO

Gravissima malattia infettiva.

1) Cataplasma di Trigonella (*Trigonella foenum graecum*): si fanno bollire 3-4 cucchiaini di farina di Trigonella con metà acqua e metà aceto di vino. I cataplasmi si preparano come quelli di farina di lino,

tra due pezzi di tela e si applicano. Si rinnovano 4-5 volte al giorno.

2) Decotto di foglie di Noce: con un decotto saturo di esse si fanno impacchi più volte nella giornata. Si prepara, poi, uno sciroppo con il mallo di noce. Tale sciroppo si può preparare facilmente nel modo seguente: si toglie il mallo di 25 noci e si mette in un recipiente di coccio insieme con 1 litro di ottima grappa, 1 grammo di Cannella (*Cinnamomun zeylanicum*) 1 di Garofani e 1 di Macis. Si lascia macerare per un mese, si filtra e vi si aggiunge 1 litro di sciroppo di zucchero, quindi si versa in bottiglia ben chiusa. Se ne beva un bicchierino al mattino a digiuno.

3) Decotto di Quercia (*Quercus robur*): il decotto della scorza si ottiene facendone bollire un pugno (ridotta in frammenti) in 1 litro di acqua per mezz'ora. Si lascia riposare e se ne bevono 5-6 cucchiaini durante la giornata. Occorre inoltre fare impacchi con lo stesso.

4) Decotto di foglie di Sedano (*Apium graveolens*). Si fanno bollire per 20 minuti gr. 30 di foglie in un litro di acqua bollente, si lascia riposare; si cola e se ne bevono 4-5 tazze al giorno, aggiungendo per ogni tazza un cucchiaino di aceto antisettico.

CARDIOPATIA

Mal di cuore in senso generico.

1) Infuso di Biancospino (*Crataegus oxyacantha*): si prepara con un pizzico di Biancospino fiorito in una tazza d'acqua bollente. Se ne bevono due tazze al giorno, mattino e sera.

2) Infuso di Dente di leone (*Taraxacum officinalis*): si prepara con un pizzico di foglie di Dente di leone in una tazza d'acqua bollente. Se ne bevono due o tre tazze al giorno.

3) Infuso di Valeriana (*Valeriana officinalis*-Erba dei gatti): si prepara con una manciata di radice di Valeriana in una tazza d'acqua bollente. Si lascia riposare 10 minuti. Si cola e se ne bevono due tazze, mattino e sera.

4) Infuso di Ginestra dei carbonai (*Cytisus scoparius*). Si versa mezzo litro di acqua bollente su 15 grammi di fiori e si lascia in fusione per 10 minuti. Se ne bevono tre tazze al giorno.

5) Infuso della seguente miscela: gr. 10 di fiori di Biancospino, gr. 5 di fior di Ginestre dei carbonai, gr. 5 di Valeriana in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in infusione per 10 minuti, si cola e si beve per 10-15 giorni al mese una tazza di questo infuso al mattino e una alla sera, lontano dai pasti.

CATARATTA

Affezione dell'occhio, dovuta all'offuscamento del cristallino.

1) Succo di Prezzemolo (Erbetta Romana, *Petroselinum sativum*). Si ricava pestando nel mortaio un po' di Prezzemolo ben pulito: instillare un paio di gocce nell'occhio interessato (resistere al bruciore). Nel contempo si facciano impacchi di Cerfoglio (*Anthiscus cerefolium*), che si prepara facendo bollire gr. 30 di Cerfoglio in mezzo litro di acqua a fuoco lento e lasciando poi riposare. Quindi si filtra; si utilizzano le foglie come cataplasma sugli occhi e si lava la parte con il decotto ottenuto a freddo. (Il Prezzemolo si instilla alla sera e il Cerfoglio al mattino).

2) Olio di Mandorle (*Amygdalus communis*): si prepara con gr. 150 di olio di Mandorle a bagno maria a 80° C., facendovi sciogliere, in vaso chiuso, 50 cg. di fosforo puro. Lo si usa in frizioni sul contorno dell'orbita e come collirio.

CANCRO

Distruzione dei tessuti e degli organi.

1) Decotto di Enula (Enula campana, erba dello stomaco, antiveleno, *Inula helenium*). Si prepara bollendo per 10 minuti gr. 15 di radice in un quarto di acqua e prendendone 5 cucchiaini al giorno.

2) Succo di Celidonia (*Chelidonia maggiore*, *Chelidonium Mayus*). Si ricava il succo fresco della pianta, somministrandolo in un piatto di minestra in

dose di un cucchiaino al giorno per un piatto.

3) Infuso di Cardo santo (*Cnicus benedictus*): si prepara con gr. 5 dei fiori in una tazza di acqua bollente, e va preso prima dei due pasti principali.

4) Infuso di Pervinca (*Vinca minor*): si prepara con gr. 20 di foglie di Pervinca in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare per dieci minuti, si cola e se ne prendono tre tazze nella giornata lontano dai pasti.

5) Infuso di acquavite: si mette in un barattolo di vetro un litro d'acquavite a 25° e 500 grammi di zucchero rosso, due Aranci e due Limoni sbucciati e tagliati a pezzettini, gr. 10 di Enula, gr. 20 di Pervinca e gr. 10 di Anserina (*Potentilla anserina*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Quindi si sprema il tutto per bene, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Si beve un bicchierino prima dei pasti.

6) Oppure con: Acquavite un litro a 25° e 500 grammi di zucchero rosso, due limoni e due aranci sbucciati e tagliati a pezzettini, gr. 10 di foglie di Frassino (*Fraxinus excelsior*), gr. 10 di Pervinca e gr. 10 di Enula. Quindi come sopra.

CATARRO

Secrezione di muco, dato da infiammazione delle mucose. Catarro broncopolmonare.

1) Decotto di Pino comune (*Pinus silvestris*): si prepara con gr. 10 di foglie di Pino silvestre e mezzo litro d'acqua, bevuto nel corso della giornata.

2) Decotto di radice di Altea (*Althea officinalis*): si prepara con un pizzico di radice frantumata di Altea in una tazza d'acqua bollente, si lascia bollire 5 minuti, si lascia riposare e si beve a cucchiaini nel corso della giornata.

3) Infuso di Canna acquatica (*Eupatorium cannabinum*): si prepara con 20 grammi di sommità fiorite di Canna acquatica in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare, si cola e si beve durante la giornata.

4) Infuso di semi di Anice (*Pimpinella Anisum*): si

prepara con un cucchiaino di semi di Anice ben frantumati in una tazza d'acqua bollente. Si lascia riposare, si cola e si beve in due volte lontano dai pasti.

5) Decotto di Enula campana (*Inula helenium*); si prepara con gr. 20 di radice di Enula ben frantumata in mezzo litro di vino, si fa bollire 5 minuti, si lascia riposare, si cola e si beve ben zuccherato durante la giornata.

6) Infuso di Primula (*Primula officinalis*): si prepara con una manciata di tutta la pianta in un quarto di acqua bollente. Si lascia riposare, si cola e si beve in più riprese nella giornata.

7) Miscela composta delle seguenti erbe: gr. 10 Primula, gr. 10 Enula, gr. 10 Eucalipto e Piantaggine gr. 10. Si versa tutta la miscela in un litro di acqua bollente, si lascia bollire 10 minuti. Si cola, si zucchera e se ne bevono 3-4 tazzine nella giornata.

CEFALGIA

Mal di capo da causa nervosa o da infezione, oppure da fatti tossici.

1) Decotto di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*): si prepara con una manciata di Alchimilla in mezzo litro d'acqua. Si fa bollire 10 minuti, si lascia riposare, si cola e si beve più volte durante la giornata ben caldo.

2) Infuso di semi e foglie di Anice. Si prepara con un cucchiaino di semi e uno di foglie di Anice (*Pimpinella anisum*), in mezzo litro d'acqua bollente. Si fa riposare, si cola, si beve, più volte al dì.

3) Infuso di Calendula (*Calendula officinalis*); si prepara con gr. 25 della pianta fiorita in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare, si cola e si beve a tazzine nella giornata.

4) Infuso di Basilico (*Ocimum basilicum*). Si prepara con un pizzico della pianta in una tazza di acqua bollente. Si beve in due volte lontano dai pasti.

5) Infuso di Lavanda o Spighetta (*Lavandula officinalis*): si prepara con gr. 15 di sommità fiorite in

mezzo litro di acqua bollente. Si lascia riposare, si cola e si beve a piccole tazzine nella giornata.

6) Infuso di Timo comune (*Thymus vulgaris*): si prepara con gr. 15 di erba in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare e si decanta. Si beve a tazzine nel corso della giornata.

7) Decotto di Verbena (*Verbena officinalis*); si prepara con gr. 20 di Verbena in mezzo litro di vino genuino che si fa bollire per 10 minuti. Si lascia riposare e se ne beve a più riprese nel corso della giornata.

8) Miscela composta delle seguenti erbe: Primula gr. 10, gr. 10 Timo, gr. 10 Verbena, gr. 10 Ribes (*Ribes nigrum*). Si versa il tutto in un litro d'acqua bollente, si lascia riposare 10 minuti, si cola e se ne bevono 3 tazzine al giorno lontano dai pasti.

CISTITE

Infiammazione della vescica.

1) Infuso di Edera Terrestre (*Glechoma hederacea*). Si prepara con gr. 15 di erba fiorita in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare, si cola e si beve durante la giornata.

2) Decotto di Equiseto (*Equisetum arvense*): si prepara con gr. 15 di Coda cavallina in mezzo litro d'acqua bollente. Si lasciano bollire 20 minuti. Quindi si cola e si beve a cucchiaini in più riprese nella giornata.

3) Decotto di foglie di Mirtillo (*Vaccinium myrtillus*); si prepara con gr. 30 di foglie in mezzo litro di acqua bollente, si fa bollire 20 minuti, si lascia riposare, si cola e si beve a tazzine nel corso della giornata.

4) Infuso di Achillea (*Achillea millefolium*): si prepara con gr. 20 di Achillea in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare, si cola e si beve a tazzine nel corso della giornata.

5) Decotto di Piantaggine (*Plantago lanceolata*); si ottiene con gr. 20 di Piantaggine in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 15 minuti, si cola e si beve a tazzine durante la giornata.

6) Decotto di Erba murale (*Parietà officinalis*): si prepara con gr. 15 della pianta fresca o secca, in mezzo litro d'acqua bollente, facendo bollire 10 minuti. Poi si aggiunge un po' di limone spremuto e si zucchera. Se ne prendono 3-4 tazzine al dí.

7) Miscela composta delle seguenti erbe: Spirea olmaria (*Spirea ulmaria*) 10 grammi, Ononide (*Ononis spinosa*) 10 grammi, Verga d'oro (*Solidago virga aurea*). Si versa il tutto in mezzo litro d'acqua bollente, si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve in più riprese al giorno.

COLERA

Malattia contagiosa epidemica.

1) Infuso di Menta piperita (*Mentha piperita*): si prepara con gr. 5 della pianta in una tazza d'acqua bollente. Si beve in due volte mattino e sera.

2) Decotto di Ortiche (*Urtica urens* e *Urtica dioica*): si prepara con gr. 20 di Ortiche fresche in mezzo litro di metà acqua e metà vino. Si fa bollire un quarto d'ora, si lascia riposare, si cola e si beve nel corso della giornata.

3) Vino di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*): si prepara mettendo in 1 litro di buon vino bianco un pugno di foglie di Rosmarino, finemente tagliuzzate. Si mette il tutto in vaso ben chiuso e protetto dalla luce, per 48 ore; poi si filtra con carta da filtro e se ne danno 2-3 cucchiaini al giorno.

4) Miscela composta dalle seguenti erbe: 2 spicchi di Aglio, Menta piperita gr. 10, Ortica gr. 10 e gr. 10 Enula. Si fa bollire tutta la miscela per un quarto d'ora in mezzo litro di metà acqua e metà vino. Si aggiunge un cucchiaino di Aceto antisettico e se ne bevono 3-4 cucchiaini al giorno.

COLICA

Dolori intestinali.

1) Decotto di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*): si prepara con gr. 30 di Alchimilla in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 20 minuti, si cola e si beve molto caldo nel corso della giornata.

2) Infuso di Agrimonia (*Agrimonia Eupatorium*): si prepara con una manciata di erba in una tazza d'acqua bollente. Si beve in più riprese nel corso della giornata.

3) Infuso di Aneto (*Anethum graveolens*): si prepara con un cucchiaino di semi in una tazza d'acqua bollente. Lo si beve ben caldo a più riprese durante il corso della giornata.

4) Infuso di Assenzio comune (*Artemisia Absinthium*): si prepara con una punta di coltello della sua polvere, sciolta in 10 cucchiaini di acqua calda, da prendersi in tre volte nella giornata.

5) Vino di semi di Finocchio (*Foeniculum officinale*): si prepara con gr. 150 di semi a macero in un litro di ottimo vino per otto giorni e si filtra poi con carta da filtro. Se ne prendono due cucchiaini prima dei pasti e due dopo.

6) Vino di Cipolla (*Allium cepa*) e miele: si prepara nel modo seguente. Cipolle crude gr. 300, miele bianco liquido gr. 100, vino bianco gr. 600. Si riducono le cipolle in poltiglia in un mortaio, si passano per pannolino e si uniscono al miele e al vino, in modo da formare una massa liquida omogenea che si agita prima di ingerire. Se ne prendono 3-4 cucchiaini al giorno.

7) Miscela composta delle seguenti erbe: Valeriana (*Valeriana officinalis*) radici, Menta, foglie d'Arancio (ben sminuzzate); di ciascun componente gr. 25, fiori di Tiglio (*Tilia europea, Vulgaris Hayne*) gr. 15, Fiori di Camomilla (*Matricaria Chamomilla*) gr. 20. Un cucchiaino pieno in fusione in una tazza di acqua bollente, che si copre bene, per una notte. Poi si cola con tela e se ne prende metà al mattino e metà alla sera.

COLICA BILIARE

Dolore addominale intensissimo, dovuto al passaggio di un calcolo nei canali biliari o agli sforzi che esso fa per passarvi.

1) Infuso di bacche di Ginepro (*Juniperus communis*); si prepara con un cucchiaino e mezzo di bac-

che frantumate in mezzo litro d'acqua bollente. Se ne prendono 3-4 tazzine al giorno.

2) Decotto di rizoma di Gramigna (*Agropyrum repens*): si prepara con gr. 15 di Gramigna in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve in più riprese durante il giorno.

3) Infuso di Achillea (*Achillea Millefolium*): si prepara nella dose di 20 gr. in mezzo litro d'acqua bollente da prendersi in tre volte nella giornata.

4) Decotto di Saponaria (*Saponaria officinalis*): si prepara con gr. 15 di radice in mezzo litro di acqua bollente; si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve a tazzine nel corso della giornata.

COLICA DEI BAMBINI

Si dà una tisana che si prepara mettendo in acqua bollente un pizzico di fiori di Camomilla, che cura i crampi di stomaco, i violenti dolori al basso ventre, ecc. Qualora malgrado la tisana calda perdurassero i disturbi, è necessario ricorrere al Cataplasma Camomillato. Si cosparge il ventre di fiori di Camomilla sminuzzati finemente e sugli stessi si appoggia un caldo impacco di farina di lino. Gli effetti calmanti saranno rapidi.

COLITE

Infiammazione del colon. Spesso è causata da cibi infetti, e si presenta con forti dolori, vomiti e diarree.

1) Infuso di Melissa (*Melissa officinalis*): si prepara con un pizzico di erba sminuzzata in una tazza d'acqua bollente. Se ne bevono tre tazzine al giorno, per 10 giorni.

2) Infuso di Meliloto (*Melilotus officinalis*): si prepara con una manciatina di erba in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve caldo, 4-5 tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni.

3) Infuso di Marrobbio fetido (*Ballota nigra*): si prepara con 8 grammi in mezzo litro d'acqua bollente, si lascia riposare 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata per otto giorni.

4) Infuso di Veronica (*Veronica officinalis*): si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve caldo, a tazzine nel corso della giornata per 10 giorni.

5) Decotto di Menta (*Mentha piperita*): si prepara con 10 gr. in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti, si cola e si beve molto caldo, nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

6) Miscela composta delle seguenti erbe: Achillea (*Achillea millefolium*), Bacche di Ginepro (*Juniperus communis*), Camomilla (*Matricaria chamomilla*), Melissa (*Melissa officinalis*). Il tutto in parti uguali. Si versa un pizzico della miscela in una tazza d'acqua bollente, se ne beve una tazza dopo ogni pasto, per 15 giorni.

CONGIUNTIVITE

Infiammazione della congiuntiva o mucosa oculare.

1) Decotto di Alchemilla (*Alchemilla vulgaris*): si prepara bollendo gr. 60 di foglie in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 20 minuti, si cola e si fanno impacchi freddi sugli occhi.

2) Decotto di Altea (*Althaea officinalis*): si ottiene cuocendo un cucchiaino di fiori di Altea in mezzo litro d'acqua per 5 minuti e aggiungendo al liquido filtrato sei gocce di spirito canforato: eccellente acqua sedativa per le infiammazioni degli occhi, da usare per lavande esterne. Porre sugli occhi una pezza di lino bagnata con detta acqua.

3) Infuso di Eufrasia (*Euphrasia officinalis*): si prepara con i fiori e le foglie della pianta secca, gr. 5 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lavano gli occhi due o tre volte al giorno. Si immergono nell'infuso garze che vengono poi applicate sugli occhi, durante la notte, fissate con una benda.

4) Decotto della seguente miscela: si mescolano assieme gr. 5 di Eufrasia, gr. 5 di fior di Lavanda (*Lavandula officinalis*), gr. 5 di petali di Rose rosse e gr. 5 di petali di Garofano. Si prende un cucchiaino di questa

miscela e si fa bollire per 1-2 minuti in un quarto di litro d'acqua. Si lascia riposare per mezz'ora e si filtra con tela. Con esso, si fanno lavaggi più volte al giorno, completandoli con impacchi di compresse di garza imbevuta del decotto stesso. Stanchezza, mucicosi delle palpebre, borse agli occhi ben presto scompaiono.

CONGESTIONE

Afflusso di sangue in una data parte del corpo. Si fa una miscela composta dalle seguenti erbe: Primula (*Primula officinalis*) gr. 10, Piantaggine (*Plantago lanceolata*) gr. 10 e gr. 5 di petali di Garofano (*Dianthus caryophyllus*). Si versa in mezzo litro d'acqua bollente tutta la miscela. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve l'infuso due volte alla settimana dopo la prima colazione.

CONTUSIONE

1) Tintura di Arnica (*Arnica montana*): si prepara facendo macerare per 10 giorni gr. 50 di fiori secchi all'ombra in gr. 250 di alcool a 60°, poi si filtra con carta da filtro e si conserva. Si fanno impacchi sulla parte interessata. (Diluire, impiegando tre volumi d'acqua per un volume di tintura.)

2) Cataplasma di Agrimonia (*Agrimonia Eupatorium*): si ottiene facendo cuocere a fuoco lento parti uguali di crusca di grano, foglie di Agrimonia sminuzzate e aceto di vino. Si rinnova questo cataplasma mattina e sera fino a guarigione.

3) Impiastro di Cicutaria (*Erodium cicutarium*): si pestano le foglie fresche e si applicano sulla parte per tutta una notte.

4) Tintura differente solo se vi è una piccola emorragia, tra cute e cute, causata da rottura o da schiacciamento di vasi sanguigni. Si applica un impacco ghiacciato di gr. 15 di Anice verde (*Pimpinella anisum*) gr. 5 di scorza di Cannella (*Cinnamomum Zeylanicum*), gr. 20 di Chiodi di Garofano (*Eugenia caryophyllata*) e gr. 50 di Arnica (*Arnica montana*) frantumati. Si lascia macerare il tutto, all'ombra, per 15 giorni in un litro d'alcool a 80°.

Si filtra con carta da filtro e si mette in bottiglia ben tappata. Per curare una contusione si versa in una scodella un po' di questa tintura diluita con uguale quantità d'acqua e si massaggia l'ecchimosi, quindi si applica, fin quando questa cominci a seccare, una piccola compressa imbevuta di tintura diluita.

CONVALESCENZA

Periodo che segue la malattia, più delicato e pericoloso della malattia stessa.

1) Amaro-tonico di Genziana (Genziana maggiore, Genziana gialla, *Gentiana lutea*). Si prepara con 40 grammi di radice frantumata in 60 grammi di alcool a 60° per 48 ore, aggiungendo poi un litro di buon vino bianco e lasciando infondere per altri 6 giorni. Quindi si filtra con carta da filtro e si imbottiglia. Se ne prende un bicchierino da liquore prima dei pasti principali. Il tonico alla Genziana è utile in tutte le circostanze in cui sarà necessario riprendere le forze senza creare eccitazione. (Per bambini dimezzare la dose).

2) Altro tonico di Centaurea Minore (*Erythraea centaurium*): si prepara con gr. 50 della pianta fiorita, tagliuzzata, infusa in un litro di vino, macerando a freddo 8 giorni. Si filtra e si imbottiglia. Se ne prende un bicchierino prima dei due pasti principali. E' un ottimo stomachico e aperitivo, efficacissimo nella clorosi e nella anemia.

CONVULSIONE

Contrazioni muscolari involontarie, disordinate, raramente limitate ad un solo arto, più sovente estese a tutto il corpo.

1) Infuso di foglie d'Arancio (*Citrus Aurantium*): si prepara con un pizzico di foglie in una tazza d'acqua quasi bollente, si beve alla sera.

2) Infuso di petali di Papavero (*Papaver Rhoeas*): si prepara con un pizzico di petali in una tazza d'acqua bollente, se ne bevono 2-3 tazzine nella giornata. Attenzione: non è per bambini.

3) Decotto di Vischio (*Viscum albim*): si prepara con gr. 25 di rametti e foglie di Vischio in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 20 minuti e si beve nel corso della giornata. Per bambini 12 grammi.

4) Infuso di Valeriana (*Valeriana officinalis*): si prepara versando 12 grammi di radice di Valeriana in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare per tre quarti d'ora. Si cola e si beve un bicchiere più volte al giorno. Bambini metà dose.

5) Miscela composta di: Valeriana (*Valeriana officinalis*) 25 grammi, Menta piperita (*Mentha piperita*) 25 grammi, foglie d'Arancio (*Citrus aurantium*) 25 grammi, fiori di Tiglio (*Tilia europea*) 25 grammi, fiori di Camomilla 20 grammi; un cucchiaio da tavola in una tazza di acqua bollente, che si copre bene, per un notte. Si cola con un pannelino e se ne prende metà la sera e metà la mattina. Questa cura può essere fatta a lungo, avendo cura d'interromperla ogni tanto per riprenderla dopo qualche giorno.

COSTIPAZIONE

Nel parlar corrente significa raffreddore. In medicina stitichezza.

1) Infuso di semi di Lino (*Linum usitatissimum*): si prepara con un cucchiaio di semi in una tazza di acqua bollente, (infuso, non bollire). Va bevuto al mattino a digiuno.

2) Infuso di Frassino (*Fraxinus excelsior*): si prepara con gr. 15 di foglie in mezzo litro d'acqua bollente. Se ne beve una tazza al mattino a digiuno. Bambini metà dose.

3) Tisana di Malva (*Malva silvestris*): si prepara bollendo un pugno di Malva e tre cucchiaini di zucchero rosso in una tazza d'acqua. Si cola e si sprema accuratamente, aggiungendo al liquido tiepido così ottenuto due cucchiaini di succo di limone ed un albume d'uovo sbattuto a neve. Se ne prende una tazzina più volte al giorno.

CRAMPI DI STOMACO

1) Decotto di Anserina (*Potentilla anserina*): si prepara facendo bollire un pizzico di erba per 5 minuti in una tazza di latte, e dopo averlo passato attraverso una tela, si fa bere più caldo possibile. Se oltre a questa bibita si pone un panno, piegato più volte, immerso nel decotto molto caldo, sulla parte malata, l'effetto è più rapido.

2) Decotto di Aneto (*Anethum graveolens* e *Angelica silvestris*): si prepara con gr. 15 di radice di Aneto in mezzo litro d'acqua. Si fa bollire 10 minuti. Si cola e se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata.

3) Infuso di Anice (*Pimpinella anisum*): si prepara con un cucchiaino di semi frantumati e un cucchiaino di foglie in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare per due ore ben coperto. Se ne danno 3-4 tazze al giorno.

4) Miscela composta da: gr 2 di Camomilla (*Anthemis nobilis*), gr. 3 di Timo (*thymus vulgaris*), gr. 3 di Chenopodio (*Chenopodium anthelminthicum*), gr. 3 di semi di Finocchio (*Foeniculum vulgare*) gr. 5 di fiori di Tiglio (*Tilia sylvestris*) e gr. 5 di Menta (*Mentha piperita*). Si versa il tutto in un litro d'acqua bollente, si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne beve una tazza al manifestarsi del crampo, una seconda mezz'ora dopo e, qualora i crampi ricompaiono, prenderne fino alla scomparsa.

CROSTA DA LATTE

1) Decotto di foglie di Bardana (*Artium Lappa*, *Lappa officinalis*): si prepara con gr. 20 di foglie tritate facendole bollire in mezzo litro d'acqua 20 minuti. Si fanno impacchi tiepidi sulla parte, più volte nella giornata.

2) Decotto di Cavolo (*Brassica oleracea*): si fanno bollire per 20 minuti 3-4 foglie di cavolo in un litro di acqua. Si fanno fomenti sulle croste.

DECALCIFICAZIONE

Infuso di Equiseto (*Equisetum Arvense*): si prepara

con 10 grammi d'erba in mezzo litro d'acqua. Si lascia 10 minuti in fusione, se ne beve una tazza il mattino e una alla sera.

DENTI (mal di denti)

1) Decotto di Cariofillata (*Geum Urbanum*): si prepara con gr. 30 di radici, che si fanno bollire 10 minuti in un litro d'acqua. Si cola e si fanno sciacqui più volte nella giornata.

2) Decotto composto di: gr. 15 di Papavero (*Papaver Somniferum*) e gr. 30 di radici di Altea (*Althaea officinalis*). Si fa bollire per cinque minuti in un litro d'acqua. Ci si serve di questo decotto caldo per lavare frequentemente la bocca e per rinforzare le gengive.

3) Preparato per prevenire e guarire il mal di denti. Si prepara con gr. 50 di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*), gr. 50 di Salvia (*Salvia officinalis*) e gr. 50 di Coclearia (*Cochlearia officinalis*), tritate bene, insieme a un limone tagliato a pezzettini e 10 grammi di polvere di Cannella. Si versa il tutto in un litro di acquavite. Si tappa, si mescola, si lascia macerare per un mese agitando di tanto in tanto. Ci si lava la bocca, ogni mattina, con un cucchiaio da minestra di acqua tiepida in cui siano state versate 10 gocce di questo liquore. Quando il mal di denti è forte si utilizza puro.

DIABETE MELLITO

Sovrabbondanza di zucchero nel sangue.

1) Decotto di radice di Fragole (*Fragaria vesca*): si prepara con gr. 15 di radice in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 5 minuti e si filtra. Si fanno impacchi sulla regione della milza, molto caldi.

2) Decotto di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*): si prepara con gr. 30 di Alchimilla in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e se ne beve un bicchiere alle dieci del mattino e uno alle 16.

3) Decotto di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*): si

prepara con gr. 12 di foglie tagliuzzate in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti. Quindi se ne bevono tre tazzine al giorno.

4) Decotto di bacche di Ginepro (*Juniperus communis*): si prepara con 10 grammi di bacche contuse in un quarto di litro di acqua bollente. Se ne beve una tazzina prima dei pasti.

5) Decotto di foglie di Mirtillo (*Vaccinium myrtillus*): si prepara con gr. 30 di foglie in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e se ne bevono tre tazzine nella giornata.

6) Decotto di Achillea (*Achillea millefolium*): si prepara con gr. 20 di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e se ne bevono 3-4 tazzine durante la giornata.

7) Miscela composta delle seguenti erbe: 10 grammi di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*), 8 grammi di Boldo (*Peumus Boldus*), 7 grammi di foglie di Mirtillo (*Vaccinium myrtillus*), 5 grammi di radice di Valeriana (*Valeriana officinalis*) in un litro d'acqua fredda. Si scalda il tutto, si lascia bollire cinque minuti e si filtra. Se ne beve una tazza a digiuno e un'altra 15 minuti prima dei pasti principali.

8) Infuso composto di: foglie di Bardana (*Arctium Lappa*), foglie di Rovo (*Rebus Fruticosus*) e baccelli di Fagiolo (*Phaseolus vulgaris*). Il tutto in parti uguali. Si versa in un quarto di litro d'acqua bollente un cucchiaino da tavola della miscela, si cola e si beve in tre volte nella giornata.

DIARREA

Esagerata azione dell'intestino, con abbondante espulsione di feci molli o liquide. E' dovuta a irritazione provocata da cibi o medicinali o veleni o freddo o microbi (infezioni), ecc.

1) Decotto di radice di Fragola (*Fragaria vesca*). Si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve in più riprese nella giornata.

2) Infuso di Anserina (*Potentilla Anserina*). Si pre-

para con gr. 25 di Anserina in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare e si beve in più riprese nel corso della giornata.

3) Liquore di bacche di Mirtillo (*Vaccinium Myrtillus*). Si mettono gr. 250 di bacche di Mirtillo in un buon litro di grappa e si lascia macerare 20 giorni in luogo caldo, mescolando più volte al giorno. Quindi si filtra e si imbottiglia. Questo liquore va preso su una zolletta di zucchero oppure diluito in un bicchiere di acqua tiepida.

4) Decotto di Sanguisorba (*Potérimum officinalis*). Si prepara facendo bollire gr. 15 di Sanguisorba in mezzo litro d'acqua per 15 minuti. Quindi si cola e si beve nel corso della giornata.

5) Decotto di Lamio bianco (*Lamium album*). Si prepara con gr. 20 di Lamio in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve nella giornata.

6) Decotto composto della seguente miscela: Quercia (*Quércus Robus*) gr. 5, Salice bianco (*Sàlix alba*) gr. 5, Salicaria (*Lythrum salicaria*) gr. 5 e Linaiola (*Linària vulgaris*) gr. 5. Si versa il tutto in mezzo litro di acqua bollente e si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve nel corso della giornata.

7) Aceto antisettico: si versa in una tazzina di acqua tiepida un cucchiaino di Aceto antisettico. Se ne bevono 3-4 tazzine nella giornata.

DIFTERITE

Malattia infettiva delle vie respiratorie (gola, naso, laringe), più frequente fra i ragazzi.

1) Aceto antisettico: si versa in un bicchiere d'acqua tiepida un cucchiaino di Aceto già preparato e si fanno gargarismi più volte nella giornata.

2) Foglie di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*): si raccomanda di masticare alcune foglie di Eucalipto e ingoiarne il succo amaro e aromatico. Nell'assistere malati di malattie infettive si disinfettino le mani e la faccia con lavande di queste foglie (100 grammi di foglie per un litro di acqua bollente). Respirando il fumo delle foglie gettate su ferro ro-

vente si avrà anche sollievo nell'asma. (Attenzione: a dosi elevate, può essere mortale).

3) Bibita di Limone (*Citrus limonum*): si prepara con un Limone bollente in mezzo litro d'acqua e un cucchiaino di miele. Bevanda graditissima e molto salutare, perché agli elementi del sugo di Limone si aggiungono le vitamine, gli zuccheri e gli aromi del miele che le api hanno preso dai laboratori vitali delle piante più aromatiche.

DIGESTIONE DIFFICILE

1) In primo luogo è consigliabile di mangiare moderatamente, ricordando il vecchio proverbio: "Chi mangia sino a riempirsi lo stomaco si scava la tomba con i propri denti". Regime per alcune settimane: si evitino cibi grassi e alimenti ricchi di fecola e, nel corso dei pasti, si beva esclusivamente una tazza d'infuso di fiori di Camomilla (*Anthemis nobilis*). In una tazza d'acqua bollente se ne mette un cucchiaino. Si lascia in fusione 5 minuti, si filtra e si zucchera pochissimo. Oppure si beva questo infuso prima o dopo il pasto.

2) Si versano in mezzo litro d'acqua bollente gr. 10 di Menta (*Mentha piperita*). Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Zuccherare e aggiungere qualche goccia di grappa. Se ne beva una tazza dopo il pasto, ben calda.

3) Infuso di Tiglio (*Tilia sylvestris*): si versa in mezzo litro di acqua bollente gr. 15 di fiori di Tiglio. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si zucchera leggermente e si aggiunge qualche goccia di grappa. Se ne prende una tazza dopo i pasti.

4) Infuso di Assenzio (*Artemisia Absinthium*): si versa in mezzo litro d'acqua bollente gr. 5 di Assenzio. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e se ne beve un bicchiere tiepido e leggermente zuccherato un'ora prima dei pasti.

5) Quando si ha assai difficoltà di digestione è consigliabile un infuso di Angelica (*Angelica archangelica*): si versa in mezzo litro di acqua bollente gr. 12 di radice frantumata. Si lascia in fusione

10 minuti e si cola. Se ne prenda una tazza prima di mettersi a pranzo (un'ora prima). Una seconda tazza, presa alla fine del pasto, previene la pesantezza di stomaco.

6) Vino digestivo di Angelica (*Angelica archangelica*): gr. 30, gr. 5 di Cannella (*Cinnamomum zeylanicum*) in un litro di ottimo vino. Si tappa bene e si lascia macerare 5 giorni, quindi si filtra. Si prende un bicchierino di questo vino al mattino, mezzogiorno e sera. Elimina le flatulenze, calma i crampi dello stomaco, è tonico e digestivo.

7) Vino di Assenzio (*Artemisia Absinthium*): si lasciano macerare per 8 giorni gr. 20 di Assenzio in un litro di ottimo vino bianco. Quindi si filtra. Si beve questo vino come aperitivo.

8) Vino di Camomilla: si mette a macero per un mese gr. 50 di Camomilla (*Matricaria chamomilla*), in un litro di ottimo vino bianco. Si tappa bene e si lascia macerare. Quindi si filtra e si beve un bicchiere di questo vino prima dei pasti.

9) Grappa di Ginepro (*Juniperus communis*): si versa in un litro di grappa gr. 30 di ginepro. Si lascia macerare un mese, rimescolando spesso. Quindi si filtra e si aggiungono gr. 250 di zucchero. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti.

DISMENORREA (Vedi alla voce MESTRUAZIONI)

Forte sofferenza nei periodi mestruali. E' comunissima e talvolta così acuta da obbligare la paziente a letto.

DISPEPSIA

Indigestione: disordine gastrico. Può esser data da eccesso di cibi.

1) Si versa mezzo litro d'acqua bollente su gr. 15 di foglie d'Arancio (*Citrus Arantium*), si lascia in fusione 5 minuti e si cola. Se ne bevono 3 tazze al giorno. La prima va bevuta prima della colazione, le altre dopo i due pasti principali.

2) Si versa mezzo litro d'acqua bollente su gr. 10 di semi frantumati di Anice (*Pimpinella Anisum*),

si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve dopo i pasti.

3) Si versa mezzo litro d'acqua bollente su gr. 7 di Assenzio (*Artemisia Absinthium*), si lascia riposare 10 minuti e si cola. Se ne bevono 3 tazze al giorno. La prima va bevuta prima della colazione e le altre dopo i due pasti principali.

4) Si versano in mezzo litro d'acqua bollente gr. 10 di Genziana (*Gentiana Lutea*). Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve durante la giornata.

5) Si versano 15 grammi di bacche di Ginepro (*Juniperus communis*) in mezzo litro d'acqua bollente, si lascia bollire 10 minuti. Quindi si cola e si beve durante la crisi.

6) Si versano in mezzo litro d'acqua bollente gr. 15 di sommità fiorite di Issopo (*Hyssopus officinalis*). Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Se ne beve una tazza al mattino a digiuno e le altre due dopo i pasti ben calde.

7) Si versa mezzo litro d'acqua bollente su gr. 15 di Veronica (*Veronica officinalis*). Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve nel corso della giornata.

8) Si versa mezzo litro d'acqua bollente su gr. 15 di foglie di Menta (*Mentha piperita*). Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Se ne bevono 3 tazze, una al mattino a digiuno e le altre dopo i due pasti principali.

9) Si versa mezzo litro d'acqua bollente su gr. 20 di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*). Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in giornata.

10) Miscela composta di Maggiorana (*Origanum majorana*) gr. 5, Rovo (*Rubus fruticosus*) gr. 10, Tiglio (*Tilia Europea*) gr. 5, Serpillo (*Thymus serpyllum*) gr. 10 e gr. 10 Veronica (*Veronica officinalis*). Si versa il tutto in un litro d'acqua bollente, si lascia riposare 10 minuti, quindi si filtra e se ne beve 3-4 tazze al giorno.

DISTORSIONI

Primo grado della lussazione, in cui è ancora possibile

la guarigione spontanea. Si benda il più presto possibile l'articolazione sofferente con un cataplasma di radice di Cinoglossa (Lingua di cane, *Cynoglossum officinale*) grattata e imbibita di olio di oliva. Poi si fascia la parte lesa.

DISSENTERIA (Vedi alla voce DIARREA)

Gruppo di malattie causanti forti dolori nell'evacuazione, con sangue e muco.

ECZEMA

Infiammazione frequentemente recidiva. Dà arrossamento, gruppi di vesciche e, nei casi gravi, papule e pustole.

1) Infuso di Agrimonia (*Agrimonia Eupatoria*): si versa mezzo litro d'acqua bollente su gr. 15 di Agrimonia, si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve durante la giornata.

2) Si versa mezzo litro d'acqua bollente su gr. 20 di radice di Bardana (*Arctium lappa*), si lascia bollire 10 minuti e si cola. Si beve durante la giornata.

3) Infuso di Borrigo (*Borrigo officinalis*). Si versa mezzo litro d'acqua bollente su 10 grammi di sommità fiorite di Borrigo, si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve dopo i pasti.

4) Infuso di Parietaria (*Parietaria officinalis*). Si prepara con un cucchiaino di Limone spremuto e gr. 15 di erba in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve dopo i pasti.

5) Infuso di Fumaria: si prepara con gr. 15 di Fumaria (*Fumaria officinalis*) in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve lontano dai pasti.

6) Si versa mezzo litro d'acqua bollente su gr. 20 di bacche di Ginepro (*Juniperus communis*), si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve calda durante i pasti.

7) Si versa mezzo litro d'acqua bollente su gr. 10 di Lattuga (*Latuca virosa*), si lascia in fu-

sione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine durante la giornata.

8) Si versa mezzo litro d'acqua bollente su gr. 15 di Lamio (*Lamium album*), si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve ben calda, durante i pasti.

9) Si versa gr. 30 di Dulcamara, (*Solanum Dulcamara*) in un litro d'acqua bollente, si lascia bollire 10 minuti e si cola. Si beve al mattino a digiuno una tazza calda e ben zuccherata facendo contemporaneamente impacchi.

10) Si versano in un litro d'acqua bollente: gr. 10 di Viola del pensiero (viola tricolore), gr. 10 di foglie di Tarassaco (*Taraxacum officinalis*), gr. 10 di radici e foglie di Saponaria (*Saponaria officinalis*), gr. 5 di Spirea olmaria (*Spirea Ulmaria*) e gr. 20 di Fumaria (*Fumaria officinalis*). Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Se ne beve una tazza un quarto d'ora prima dei tre pasti principali, per 15 giorni. Se è necessario si ripete la cura dopo 10 giorni di riposo. N.B.: il caffè è controindicato.

EDEMA

Saturazione dei tessuti dovuto a stato morboso dei vasi sanguigni o linfatici. E' frequente alle gambe, ma può verificarsi al viso, ecc.

1) Infuso di Canapa acquatica (*Eupatorium cannabinum*): si prepara con gr. 20 di foglie e sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si filtra e si beve in giornata.

2) Infuso di Cardo santo (*Cnicus benedictus*): si prepara con gr. 10 della droga in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Si cola e si beve ben caldo dopo i pasti.

3) Infuso di infiorescenze di Luppolo (*Hemulus lupulus*): si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti. Si cola e si beve nel corso della giornata.

4) Decotto di Ononide (*Ononis Spinosa*): si prepara con 15 grammi di radice per mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 15 minuti, si cola e si beve nel corso della giornata.

5) Decotto di Cipolla (*Allium cepa*): si prepara con una Cipolla media in tre quarti di litro di acqua bollente. Si lascia bollire mezz'ora. Quindi si cola e si beve a più riprese durante la giornata.

6) Infuso composto di: fiori di Sambuco (*Sambucus nigra*) 10 grammi, Spirea olmaria (*Spirea Ulmaria*) 10 grammi, Verbena (*Verbena officinalis*) 10 grammi e 10 grammi di radici di Tossilaggine (*Tussilago farfara*). Si versa il tutto in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Quindi si cola e se ne bevono 4 tazzine nella giornata.

EMATURIA

Passaggio di globuli rossi dal sangue alle urine. Può essere dato da malattie dell'apparato urinario, tra cui la nefrite acuta, ecc.

1) Infuso di Borragine (*Borrago officinalis*): si prepara con 20 grammi di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, Si cola e si beve nel corso della giornata.

2) Infuso di Calendula (*Calendula officinalis*): si prepara con 15 grammi di fiori per mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve durante i pasti ben caldo.

3) Infuso di foglie di Fragola (*Fragaria vesca*), si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve durante la giornata.

4) Decotto di Piantaggine (*Plantago*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora, si cola e si beve nel corso della giornata.

5) Decotto della seguente miscela: foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*) gr. 10, Tormentilla (*Potentilla tormentilla*) gr. 10, Ortica (*Urtica dioica*) gr. 10 e foglie Vite (*Vitis vinifera*) gr. 10. Si versa il tutto in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora. Quindi si cola e se ne bevono 3-4 tazzine al giorno.

EMICRANIA

Spasmo della circolazione del cervello, annunciato da senso di peso alla testa, spesso accompagnato da pizzicore agli occhi, inappetenza, ecc.

1) Infuso di Camomilla (*Matricaria Chamomilla*): si prepara con 10 grammi di fiori in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve nel corso della giornata.

2) Infuso di Cardo santo (*Cnicus benedictus*): si prepara con 15 grammi di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Si cola e si beve nelle 24 ore.

3) Infuso di Iperico (*Hypericum perforatum*): si prepara con 15 grammi di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Si cola e si beve nelle 24 ore.

4) Infuso di Maggiorana (*Origanum Majorana*): si prepara con 20 grammi di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti. Si cola e si beve durante i pasti.

5) Infuso di Melissa (*Melissa officinalis*); si prepara con una manciata in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Si cola e si beve dopo i pasti principali.

6) Miscela composta dalle seguenti erbe: Menta piperita (*Mentha piperita*) gr. 5, Primula (*Primula officinalis*) gr. 5, Veronica (*Veronica officinalis*) gr. 5 e gr. 5 di Basilico (*Ocymun basilicum*). Si versa in mezzo litro di acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Colare e bere ben caldo nelle 24 ore.

EMOFILIA

E' una malattia del sangue a impronta emorragica consistente nel ritardo a coagularsi del sangue durante le emorragie. Decotto di Vischio (*Pania Viscum album-Loranthus Europaeus*). Il Vischio è una pianta molto utile nell'emofilia. Il suo decotto si prepara con 20 grammi di foglie e rametti in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire trenta minuti e si lascia riposare finché non diventi freddo. Si cola e se ne bevono 3-4 cucchiaini nelle 24 ore.

EMORRAGIE

Possono essere arteriose, venose o capillari.

1) Decotto di Bistorta (*Polygonum bistorta*): si prepara con 12 grammi di Bistorta in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora, si cola e si beve in più riprese nel corso della giornata.

2) Decotto di Borsapastore (*Capsella bursa pastoris*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 20 minuti. Si cola e si beve freddo a cucchiaini durante le 24 ore.

3) Decotto di Centinodio (*Polygonum aviculare*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve a tazzine nella giornata.

4) Decotto di Piantaggine (*Plantago lanceolata*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire trenta minuti. Si cola e si beve a cucchiaini in più riprese nel corso della giornata.

5) Decotto di Pelosella (*Hieracium Pilosella*), si raccomanda in tutte le emorragie. Si prepara con 25 grammi di Pelosella in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora. Si cola e si beve in più riprese.

6) Miscela composta di: Vischio (*Viscum album*) gr. 10, Vite foglie (*Vitis vinifera*) gr. 10, Pelosella (*Hieracium pilosella*) gr. 5, Verga d'oro (*Solidano virga aurea*) gr. 5. Si versa il tutto in mezzo litro d'acqua bollente, si lascia bollire un quarto d'ora. Si cola e si beve in più riprese nella giornata.

EMORROIDI

Vene dilatate del condotto anale. Sono ereditarie e facili anche negli adolescenti. Generalmente si manifestano negli adulti.

1) Decotto di Achillea (*Achillea Millefolium*): si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora, si cola e se ne bevono 2-3 tazzine al giorno. Con lo stesso si fanno impacchi tiepidi sulla parte interessata.

2) Decotto di Cariofillata (*Geum Urbanum*): si

prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora. Si cola e se ne bevono 3-4 tazzine al giorno.

3) Decotto di Piantaggine (*Plantago lanceolata*): si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora. Si cola e se ne bevono 3-4 tazzine al giorno. Con lo stesso si fanno fomenti due o tre volte al giorno.

4) Unguento di Pomodoro (*Solanum Lycopersicum*): si prepara facendo bollire parti eguali di Pomodori freschi e maturi tagliuzzati e di burro, finché tutta l'acqua del frutto sia evaporata. Poi si aggiunge un'altra parte di Pomodoro quanta quella di prima e si fa di nuovo bollire (possibilmente in un tegame di creta) finché tutta l'acqua ne sia evaporata. Si raccoglie il frutto in un recipiente di vetro e si conserva per uso locale. Efficacissimo.

5) Decotto di Quercia (*Quercus Robus*): si prepara con 50 grammi di scorza di Quercia in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 20 minuti. Si cola e si fanno impacchi a freddo sulla parte. Poi si fa penetrare all'interno del condotto anale.

EMOTTISI

Espettorazione di sangue; indice, nel 95% dei casi, di tubercolosi polmonare. Se il sangue proviene dalla bocca, dalla gola e dal naso, la emottisi sarà spuria; se proviene dalla laringe, dalla trachea, dai bronchi e dai polmoni, si tratterà invece di vera e propria emottisi.

1) Decotto di Avena-vena, biada (*Avena sativa*): si prepara lavando 6 o 8 volte 40 grammi di semi di Avena con acqua fresca e facendola poi bollire in due litri di acqua, fino a ridursi a metà. Si filtra, quindi si aggiungono due cucchiaini di miele e si fa bollire ancora 10 minuti. Si cola e lo si beve sovente nel corso della giornata. Questo decotto è molto efficace perché contiene una grande quantità di ferro, ed è utilissimo alle persone deboli e delicate, ai bambini e a quelli che soffrono d'irritazione ai bronchi e polmoni.

2) Infuso di Basilico (*Ocimum Basilicum*): si pre-

para con un pizzico della pianta in una tazza di acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve in più riprese (3-4 tazze al giorno).

3) Infuso di Calamo aromatico (*Acorus calamus*): si prepara con 15 grammi di rizoma in mezzo litro di metà vino e metà acqua bollente, si lascia in fusione qualche minuto. Si cola e si beve nel corso della giornata.

4) Decotto di Bistorta (*Poligonum bistorta*). Si versano in mezzo litro d'acqua bollente 20 grammi di Bistorta. Si lascia bollire un quarto d'ora, si cola e si beve in più riprese nella giornata. Questo decotto è molto utile per rimarginare ferite esterne e interne.

5) Decotto di Centinodio-Corregiola. (*Polygonum aviculare*): si prepara con 30 grammi in mezzo litro di metà vino e metà acqua bollente. Si lascia bollire 20 minuti, si cola e si beve in più riprese nella giornata.

6) Decotto di Edera terrestre (*Glechoma hederacea*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora, si cola e si beve in giornata.

7) Decotto di Equiseto (*Equisetum arvense*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 20 minuti, si cola e si beve a cucchiaini durante la giornata.

8) Decotto di Marrubio (*Marrubium vulgare*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti e si aromatizza con qualche goccia di limone. Si beve ben zuccherato nel corso della giornata.

9) Decotto di Polmonaria (*Pulmonaria officinalis*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola attraverso un pannolino e si beve a cucchiaini durante la giornata.

10) Decotto di Romice crespo (*Rumex crispus*): si prepara con 15 grammi di radice frantumata in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora, si cola e si beve a tazzine nel corso

della giornata. Questo decotto di Romice ha il vantaggio di aumentare il numero dei globuli rossi e la quantità di emoglobina. Inoltre ha il vantaggio di eliminare l'azione stitica dei sali di ferro, per la presenza dei glucosidi, che danno origine alla emodina e all'acido crisofano.

11) Miscela composta di: Coda di cavallo (*Equisetum arvense*) gr. 50, Edera terrestre (*Glechoma hederacea*) gr. 50, Romice crespo (*Rumex crispus*) gr. 50 e 50 gr. di Polmonaria (*Pulmonaria officinalis*). Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve tiepido e zuccherato. Se ne bevono 2-3 tazzine al giorno.

ENCEFALITE LETARGICA

Dà grande debolezza e sonno profondo e il paziente perde conoscenza del mondo esterno e si spegne. Si può sperare nella guarigione con la seguente tisana e i fumenti.

1) Infuso di: Achillea (*Achillea Millefolium*): si versano 20 grammi di sommità fiorite di Achillea in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione, si cola e si dà da bere in più riprese nel corso della malattia a cucchiaini. Inoltre con lo stesso si fa un clistere. Contemporaneamente si avvolge il paziente in un lenzuolo inzuppato di un decotto di Assenzio comune (*Artemisia Absinthium*): si prepara con 100 grammi per tre litri di acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora finché si colora. Si bagna un lenzuolo e si avvolge il paziente che si tiene a letto ben coperto ed in ambiente molto caldo.

ENDARTERITE

Ispessimento dell'endotelio (rivestimento interno dell'arteria) dovuto per lo più a sifilide. Si avranno gambe fredde e livide, dolore, bruciore, impossibilità di camminare. Si prepara una miscela composta di: Salsapariglia nostrana (*Smilax aspera*) gr. 50, Bardana (*Arctium lappa*) gr. 50, Rovo foglie (*Robus fruticosus*) gr. 50, e gr. 50 di Bosso (*Buxus sempervirens*). Si versa in un quarto di litro d'acqua bollente un cucchiaino da tavola della miscela, si lascia bollire 10 mi-

nuti, si cola e si beve in due volte mattino e sera a digiuno. (La cura deve essere fatta per 15 giorni di seguito ogni 4 mesi).

ENDOCARDITE

Infiammazioni della membrana interna del cuore.

1) Infuso di Mughetto (*Convallaria majalis*): si prepara con un pizzico di Mughetto in una tazza d'acqua bollente, si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve in due volte mattino e sera.

2) Infuso di Centinodio (*Polygonum aviculare*): si prepara con 20 gr. in mezzo litro d'acqua bollente, si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve in più riprese nel corso della giornata.

3) Infuso di Dente di leone (*Taraxacum officinale*); si prepara con 10 gr. in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve in due volte mattino e sera.

4) Infuso di Ononide (*Ononis spinosa*): si prepara con 10 grammi di radice in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve in due volte mattino e sera.

5) Infuso di Achillea (*Achillea Millefolium*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve a più riprese nel corso della giornata.

6) Infuso di Angelica (*Angelica Arcangelica*): si prepara con gr. 15 di rizoma in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve più volte nella giornata.

7) Infuso di Basilico (*Ocimum Basilicum*): si prepara con 20 grammi di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve nel corso della giornata.

ENTERITE

Infiammazione degli intestini, da qualsiasi causa.

1) Infuso di Achillea (*Achillea millefolium*): si prepara con una manciata in mezza tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve a piccoli sorsi.

2) Infuso di Ginepro (*Juniperus communis*): si prepara con 20 grammi di bacche in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve in più riprese nella giornata.

3) Decotto di Gramigna (*Agropyrum repens*): si prepara con 20 grammi di rizoma in mezzo litro d'acqua bollente. Si fa bollire 10 minuti, si lascia riposare qualche minuto, si cola e si beve in più riprese nella giornata, anche durante i pasti.

4) Infuso di Milzadella (*Lamium album*): si prepara con una manciata in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve in due volte, mattino e sera.

5) Infuso di Salvia (*Salvia officinalis*): si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve nel corso della giornata.

6) Miscela composta di: Quercia (*Quercus Robus*) gr. 10, Basilico (*Ocimum Basilicum*) gr. 5, Potentilla (*Potentilla Anserina*) gr. 5, Salvia (*Salvia officinalis*) gr. 5, e gr. 5 di Verbascio (*Verbascum Thapsus*). Si versa il tutto in 3/4 di litro di acqua bollente, si lascia bollire 20 minuti, si cola e si beve a più riprese nel corso della giornata.

ENURESI NOTTURNA

Non è rara nei bambini, anche dopo l'età in cui il controllo della vescica dovrebbe essere in atto. Frequente anche nelle persone anziane.

1) Per evitare questi inconvenienti, le persone anziane devono evitare di bere caffè, e alcoolici e si preparino la seguente tisana: Pelosella (*Hieracium Pilosella*) gr. 10, Cariofillata (*Geum Urbanum*) gr. 10, gr. 10 di Iperico (*Hypericum Perforatum*). Si versa il tutto in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare e si beve verso le 10 del mattino e alle 16 a piccoli sorsi.

2) Per bambini dare la seguente miscela: Alchimilla (*Alchimilla vulgaris*) gr. 10, Bistorta (*Polygonum bistorta*) gr. 5, Ortica (*Urtica dioica*) gr. 5, e gr. 5 di Iperico (*Hypericum perforatum*). Si versa il tutto

in 3/4 di litro d'acqua bollente. Si fa bollire un quarto d'ora, si lascia riposare qualche minuto e si dà da bere a cucchiaini ai bambini alla sera prima di coricarsi.

EPILESSIA

Grave malattia nervosa, con frequente incoscienza, non sempre con attacchi convulsivi.

1) Decotto di Arnica (*Arnica montana*): si prepara con un grammo di sommità fiorite in mezzo litro di birra bollente. Si fa bollire 5 minuti; quindi si lascia raffreddare, si cola e se ne beve un bicchiere al mattino a digiuno.

2) Vino di Galega (*Galega officinalis*): si prepara con gr. 20 di foglie raccolte prima che si aprano i fiori e pestate in un mortaio. Si mette a macero in un litro di vino bianco per 6 giorni; poi si filtra e si mette in bottiglia. Se ne fa prendere al malato un bicchiere ogni mattina, per 15 giorni al mese. Bisogna fare la cura per un anno.

3) Decotto di Ruta (*Ruta graveolens*): si prepara con gr. 6 di Ruta in polvere in un litro di vecchia birra, che si lascerà bollire 5 minuti. Si cola e se ne beve un bicchiere al mattino a digiuno e freddo. La cura va seguita per un anno, con intervalli di riposo.

4) Infuso di Basilico (*Ocymun Basilicum*): si prepara con una manciata di foglie secche in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve in due riprese mattino e sera.

5) Decotto di Vischio (*Viscum album*): si prepara con gr. 5 di foglie e rametti in una tazza d'acqua bollente. Si fa bollire 10 minuti e si lascia in fusione 10 minuti. Si cola e si beve 2-3 volte nella giornata. Occorre proseguire la cura per un anno, con intervalli.

6) Valeriana (*Valeriana officinalis*): la radice di Valeriana va raccolta prima che metta rami e fusti (a marzo), seccata all'ombra e ridotta in polvere. Ai bambini se ne dà mezzo grammo e agli adulti uno, stemperato in un cucchiaino di vino bianco. Bi-

sogna purgarsi il giorno prima e deve essere presa per tre giorni di seguito a digiuno. Altra purga e si prende ancora tre volte.

EPISTASSI

Gocciolamento. Emorragia nasale, per cause costituzionali, locali, infezioni, ecc.

1) Infuso di radice di Consolida maggiore (*Symphytum officinalis*): si prepara con gr. 30 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 2 ore e si prende a cucchiaini più volte al giorno. L'infuso si deve preparare in un recipiente di ferro.

2) Decotto di Equiseto (*Equisetum arvense*): si prepara con gr. 5 della pianta secca in mezzo litro d'acqua, che si fa bollire per 30 minuti. Se ne dà un cucchiaino ogni due o tre ore ai bambini. Per adulti 15 gr. di pianta secca in mezzo litro di acqua bollita come sopra. Se ne somministra una piccola tazza da caffè più volte nella giornata.

3) Decotto di Ortica (*Urtica urens* e *Urtica dioica*): si prepara con gr. 30 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 30 minuti, si cola e si dà da bere a cucchiaini più volte nella giornata, tiepido. Per arrestare il sangue si può introdurre nelle narici cotone bagnato nel succo della pianta fresca.

ERISPELA

Malattia acuta contagiosa, infettiva, caratterizzata da infiammazione specifica della pelle o della mucosa. Stare a dieta di marmellata, uova e pesci.

1) Decotto di Cavolo (*Brassica Oleracea*): essendo ricco di zolfo la sua acqua di cottura adoperata per uso esterno, in lavande, compresse è ottima per la cura della erisipela. Mettere sulla parte più volte al giorno.

2) Decotto di Cicoria selvatica (*Chichorium Intybus*): si prepara con gr. 20 di radice tagliuzzata in mezzo litro d'acqua bollente. Si fa bollire 20 minuti, si lascia riposare qualche minuto, si cola e se ne beve un bicchiere al mattino a digiuno e un bicchiere alla sera.

- 3) Infuso di Iperico (*Hyperico perforatum*): si prepara con un pizzico di sommità fiorite in una tazza da tè di acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti, si cola e si beve caldo al mattino a digiuno.
- 4) Infuso di Rosa canina (*Rosa Canina*) si prepara con gr. 8 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora, si cola e se ne bevono due o tre tazzine al giorno.
- 5) Cenere di sarmenti di Vite (*Vitis Vinifera*): si prepara con gr. 15 di cenere, passata a setaccio, che si chiude in un sacchetto di tela. Si fa bollire per circa mezz'ora in un litro di vino bianco, si toglie il sacchettino e si fa riposare il liquido, quindi si filtra attraverso una tela e si aggiunge tre cucchiaini di miele di gaggia. Poi si bagnano delle salviette che si applicano sulla parte malata.

ERITEMA (Vedi alla voce ARROSSAMENTO DELLA PELLE)

Aumento del numero dei globuli rossi nel sangue. Cipolla (*Allium cepa*): è consigliabile mangiare, ogni giorno, 8-10 cipolle cotte o crude. Si osserverà che la diminuzione dei globuli comincia subito e dopo sette o otto giorni si raggiungerà la normalità. La cipolla non ha più azione sui globuli rossi rimasti. La cipolla favorisce l'eliminazione dell'acido urico attraverso l'urina.

ERPETE

Malattia della pelle, su cui si formano piccole vescichette, per lo più raggruppate, prima trasparenti, poi opalescenti (bianco-turchino pallide), che si trasformano in croste nerastre.

1) Infuso di fiori e foglie di Pesco (*Persica vulgaris*): si prepara con gr. 20 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve nel corso della giornata. Contemporaneamente si fanno cataplasmi con le foglie fresche. Le foglie pestate e ridotte in poltiglia si applicano sulla parte dolorante.

2) Infuso di Veronica o Tè svizzero (*Veronica offi-*

cinalis): si prepara con gr. 30 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione qualche minuto, si cola e si beve nel corso della giornata.

3) Decotto della seguente miscela: si versa in mezzo litro d'acqua bollente gr. 8 di Anice verde (*Pimpinella anisum*) e gr. 4 di fiori d'Arnica (*Arnica montana*). Si fa bollire 10 minuti e si cola. Si beve qualche sorso di questo decotto tra i pasti, più volte al giorno, per 8 giorni. Se queste soluzioni non dessero esito positivo, si facciano impacchi con vino di sermenti. (Vedi alla voce ERISIPELA).

ESANTEMI

Manifestazioni cutanee dovute a stati tossici od infettivi.

1) Infuso di Achillea (*Achillea Millefolium*): si prepara con una manciata di sommità fiorite in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve a piccoli sorsi nella giornata.

2) Infuso di Borragine (*Borragine officinalis*): si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve nel corso della giornata, per otto giorni.

3) Decotto di Enula (*Inula Helenium*): si prepara con gr. 15 della radice frantumata in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve in più riprese nel corso della giornata.

4) Infuso di Ortica (*Urtica dioica*): si prepara con gr. 20 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione, si cola e si beve durante i pasti.

5) Decotto di Verbena (*Verbena officinalis*): si prepara con gr. 20 di foglie in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni.

6) Infuso di foglie di Ribes nero (*Ribes nigrum*): si prepara con gr. 25 di foglie tritate in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve durante i pasti, per 10 giorni.

7) Infuso di fiori di Sambuco (*Sambucus nigra*): si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve nel

corso della giornata, per otto giorni.

8) Miscela composta di: Salcerella (*Lytrum Salicaria*) gr. 5, Viola mammola (*Viola odorata*) gr. 5, Tormentilla (*Potentilla tormentilla*) gr. 5 e gr. 5 di rizoma di Saponaria (*Saponaria officinalis*); si versa il tutto in mezzo litro d'acqua bollente. Si fa bollire 10 minuti. Quindi si lascia riposare qualche minuto, si cola e si beve a sorsi nel corso della giornata, per otto giorni.

ESAURIMENTO NERVOSO

Più che della somma e della qualità del lavoro, l'esaurimento nervoso è dovuto a stati di ansietà, contrarietà, ecc.

1) Si faccia un bagno alla settimana della durata di 20 minuti di: Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*) 100 grammi, Alloro (*Laurus nobilis*) 100 grammi e 100 grammi di foglie e rametti di Ginepro (*Juniperus communis*); si fa bollire in quattro litri d'acqua per 20 minuti; quindi si cola e si versa dentro la vasca da bagno, già preparata con l'abituale quantità d'acqua. Ci si immerge nella vasca e si massaggia tutta la spina dorsale vigorosamente.

2) Infuso di sommità fiorite di Lavanda (*Lavanda spica*): si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in funzione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.

3) Decotto di radice di Angelica (*Angelica silvestris*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro di vino rosso generoso bollente. Si lascia raffreddare e si cola. Si beve un bicchiere ai pasti.

4) Decotto di noce di Cola (*Cola acuminata*): si prepara con 10 grammi in mezzo litro di vino generoso rosso bollente. Si lascia raffreddare. Si beve un bicchiere ai pasti. Durata della cura: senza limite.

5) Decotto della pianta intera di Ortica (*Urtica dioica*): si prepara con 20 grammi in un litro di vino rosso generoso bollente senza fare bollire. Si lascia raffreddare, si cola e si aggiunge 50 grammi

di zucchero. Si beve un bicchiere ai pasti, per 10 giorni al mese.

6) Decotto della pianta intera di Sedano di montagna (*Levisticum officinale Koch*): si prepara con 15 grammi in un litro di ottimo vino rosso bollente. Si lascia raffreddare. Si beve un bicchiere ai pasti.

FATICA

E' la causa prima di molte malattie o di complicazioni a mali già esistenti.

1) Energetico: Pelosella (*Hieracium pilosella*): si prende ogni mattina, in un cucchiaino da minestra di marmellata, un cucchiaino da caffè di Pilosella in polvere, per 10 giorni. Questa pianta è raccomandabile alle persone anziane, alle persone febbricitanti e con brividi. E' eccellente contro l'idropisia e gli accumuli di urine e produce i suoi effetti anche se si prende cotta nel vino, nella minestra, o nel latte.

2) Santolina (*Santolina chamaecyparissus*): si prende ogni mattina a digiuno un cucchiaino da caffè di semi di Santolina mescolati in due cucchiaini da tavola di miele, per 10 giorni.

3) Infuso di Calamento (*Calamintha officinalis*): si prepara con gr. 10 di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in infuso 5 minuti e si cola. Se ne beve una tazza calda dopo la colazione.

4) Decotto di Genziana (*Gentiana lutea*): si prepara con gr. 10 di radice frantumata in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti e si cola. Si beve un bicchiere di questo decotto dopo le ore 10 e alle ore 17 per 8 giorni.

5) Decotto di Clocclearia (*Cochlea officinalis*): si prepara con gr. 10 di radice frantumata in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola. Si beve una tazza di questo decotto durante i pasti principali, per 10 giorni.

6) Vino di Genziana (*Gentiana lutea*): mettere a macero 8 giorni in un litro di vino bianco secco gr.

10 di Genziana frantumata, gr. 10 di Assenzio (*Artemisia Absinthium*) e gr. 5 di scorza d'arancio. Si filtra e se ne bevono tre bicchierini al giorno.

7) Vino di Ginkgo (*Gink biloba*): si mette a macero per 10 giorni gr. 15 di Artemisia Absinthium e gr. 10 di foglie di Ginkgo biloba. Si filtra e se ne beve un bicchierino prima dei pasti.

8) Vino di China (*Cinchona calisaya*): si mette a macero 6 giorni gr. 15 di scorza di China e gr. 10 di foglie di Ginkgo biloba. Si filtra e se ne beve un bicchierino prima dei pasti.

9) Vino di Noce di Cola (*Sterculia acuminata*) 10 grammi, corteccia di China (*Cinchona calisay*) 10 grammi e 10 grammi di foglie di Ginkgo biloba. Si mette a macero per 8 giorni, si filtra. Se ne beve un bicchierino quando si è stremati. N.B. Queste tre ultime soluzioni sono da preferirsi in quanto la Ginkgo biloba ha effetti migliori del Gerovital.

FEBBRE

Stato morboso, che si riconosce dall'aumentata temperatura del corpo, dall'accelerazione dei battiti del cuore e del polso. Febbri caratteristiche sono: Febbre da fieno, catarro delle prime vie aeree e degli occhi. Febbre di Malta dovuta al micrococco melitense. Febbre Pioemica, intermittente. Febbre quartana, varietà di febbre malarica con accessi ogni due giorni. Febbre perniciosa, forma grave di febbre malarica. Febbre del latte, frequente nelle donne pochi giorni dopo il parto. Febbre puerperale. Febbre da strapazzo. Febbre tifoidea o tifo. Febbre reumatica.

1) Contro la febbre in genere: decotto di Assenzio (*Artemisia Absinthium*): si prepara con gr. 10 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora, si cola e si beve nel corso della giornata caldo e zuccherato. Ai bambini va dimezzata la dose a gr. 5 in mezzo litro d'acqua.

2) Decotto di Alchemilla (*Alchemilla vulgaris*): si prepara con gr. 30 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve nel corso della febbre.

- 3) Decotto di Borsapastore (*Capsella bursa pastoris*): si prepara con gr. 20 in mezzo litro d'acqua bollente: si fa bollire fino a riduzione di un quarto di litro. Si cola e si beve a sorsi più volte nel corso della febbre.
- 4) Decotto di Bosso (*Buxus sempervirens*): si prepara con 40 grammi di foglie secche, finemente tritate, in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire fino a riduzione di un terzo. Si cola e si beve molto zuccherato, dato il cattivo sapore che ha, in 4-5 volte.
- 5) Decotto di Centaurea minore (*Erithraea centaurium*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve nel corso della febbre.
- 6) Infuso di Cardo santo (*Cnicus benedictus*): si prepara con grammi 10 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione qualche minuto, si cola e si beve nel corso della febbre.
- 7) Decotto di China (*Cinchona calisana*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve a piccoli sorsi nel corso della febbre.
- 8) Decotto di Frassino (*Fraxinus Excelsior*): si prepara con 8 grammi di scorza in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora, si cola e si beve a cucchiaini nel corso della febbre.
- 9) Decotto di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*): si prepara con 10 grammi di foglie tritate in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 5 minuti, si cola e si beve a sorsi nel corso della febbre.
- 10) Decotto di Trifoglio fibrino (*Menyanthes trifoliata*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora, si cola e si beve a cucchiaini nel corso della febbre.
- 11) Miscela composta delle seguenti erbe: Timo (*Thimus vulgaris*) 10 grammi, Salvia (*Salvia officinalis*) 10 grammi e 10 grammi di sommità fiorite di Origano (*Origanum vulgare*). Si versa il tutto in $\frac{3}{4}$ di litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 5 minuti, si cola e si beve a tazzine nel corso della febbre.

12) Miscela di: Spirea Olmaria (*Spirea Ulmaria*) 10 grammi, Salice bianco (*Salix alba*) 5 grammi e 5 grammi di Marrubio (*Marrubium vulgare*). Si versa la miscela in mezzo litro d'acqua bollente. Si fa bollire 5 minuti, si cola e si beve durante la febbre.

FEGATO

Ghiandola, magazzino e laboratorio chimico dell'organismo. In esso è filtrato il sangue, prima dell'entrata nella circolazione generale. Ecco alcune ricette per le affezioni del fegato.

1) Infuso di Achillea (*Achillea Millefolium*): si prepara con 20 grammi di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione qualche minuto, si cola e si beve a tazzine più volte al giorno, per 10 giorni.

2) Infuso di Borragine (*Borrago officinalis*): si prepara con 20 grammi di cime fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione, si cola attraverso un panno molto fine per eliminare i peli che potrebbero altrimenti provocare la tosse, aderendo lungo la gola. Lo si beva molto caldo, a piccole tazze, ogni due o tre ore, per 8 giorni.

3) Infuso di Canapa acquatica (*Eupatorium Cannabinum*): si prepara con gr. 20 di foglie e fiori in mezzo litro d'acqua bollente, lasciando in fusione 10 minuti. Si cola e si beve caldo più volte nella giornata, per 10 giorni.

4) Infuso di Cardo santo (*Cnicus benedictus*): si prepara con gr. 10 di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Si cola e si beve molto caldo in più riprese nel corso della giornata, per 10 giorni.

5) Infuso di Centinodia (*Polygonum aviculare*): si prepara con 20 gr. in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione qualche minuto, si cola e si beve nel corso della giornata, per 10 giorni.

6) Infuso di Centaurea minore (*Erithraea centaurium*): si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Si cola e si beve nel corso della giornata, per 8 giorni.

- 7) Decotto di Parietaria (*Parietaria officinalis*): si prepara con gr. 20 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora, si cola e si aromatizza con qualche goccia di limone. Va bevuto molto caldo più volte nella giornata, per 10 giorni.
- 8) Infuso di foglie di Frassino (*Fraxinus Excelsior*): si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve a cucchiaini nel corso della giornata, per 8 giorni.
- 9) Infuso di Fumaria (*Fumaria officinalis*): si prepara con gr. 25 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione qualche minuto, si cola e si beve in più riprese nel corso della giornata, per 10 giorni.
- 10) Decotto di Ginepro (*Juniperus communis*): si prepara con gr. 10 di bacche contuse in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora, si cola e si beve molto caldo in più riprese nel corso della giornata, per 10 giorni.
- 11) Decotto di Marrubio (*Marrubium vulgare*): si prepara con gr. 15 di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve a piccoli sorsi durante la giornata, per 10 giorni.
- 12) Decotto di Ononide (*Ononis spinosa*): si prepara con 15 grammi di radice frantumata in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve nel corso della giornata, per 8 giorni.
- 13) Decotto di radice di Prezzemolo (*Petroselinum sativum*): si prepara con gr. 25 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora, si cola e si beve in più riprese nel corso della giornata, per 10 giorni.
- 14) Decotto di Salvia (*Salvia officinalis*): si prepara con gr. 25 di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve in più riprese nel corso della giornata, per 10 giorni.
- 15) Decotto di Verbena (*Verbena officinalis*): si prepara con gr. 20 in mezzo litro d'acqua bollente.

Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve in più riprese nel corso della giornata, per 15 giorni.

16) Decotto di foglie di Vite rossa (*Vitis vinifera*): si prepara con gr. 20 di foglie tritate in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve nel corso della giornata, per 15 giorni.

17) Miscela composta delle seguenti erbe: semi di Finocchio (*Foeniculum vulgare*) gr. 5, radice di Angelica (*Archangelica*) gr. 5, foglie di Menta (*Mentha piperita*) gr. 5, foglie di Carciofo (*Cynara scolymus*) gr. 5, foglie di Bosso (*Buxus sempervirens*) gr. 5 e gr. 5 di Boldo (*Peumus boldus*). Si versa tutta la miscela in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono 3 tazze al giorno, una a digiuno e una dopo i pasti principali, per 10 giorni.

FERITE

Lesione con la pelle rotta, cioè lesione aperta. Può essere da taglio, da punta, da strappo, da lacerazione, da contusione, da morsicatura, da schiacciamento, da sfregamento o da arma da fuoco.

1) Decotto di Achillea (*Achillea Millefolium*): si prepara con gr. 50 in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 20 minuti e si filtra. Il suo decotto, usato per lavande, è prezioso emostatico. Si fanno impacchi sulla ferita che si lascia fasciata ed inzuppata del liquido.

2) Tintura di Arnica (*Arnica montana*): si prepara facendo macerare in 10 giorni gr. 50 di fiori seccati all'ombra in gr. 250 di alcool a 6°, poi si filtra con carta da filtro e si conserva in bottiglia ben chiusa. La tintura dev'essere usata diluita con il triplo del suo volume d'acqua. Si lava la ferita con la tintura, si accostano i margini tra loro, vi si pone sopra cotone idrofilo già bagnato nella tintura e si fa una fasciatura. Il secondo giorno si scopre la ferita per vedere se il processo di rimarginazione va bene; vi si sovrappone ovatta bagnata, e si fascia e così di seguito, finché la ferita è guarita completamente.

FLATULENZA

Aumento patologico del gas contenuto nello stomaco e eruttazione.

1) Decotto di semi di Anice (*Pimpinella anisum*): si prepara con un cucchiaino da minestra di semi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve dopo i pasti.

2) Decotto di Angelica (*Angelica officinalis*): si prepara con un cucchiaino da minestra di radice in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti, si cola e si beve molto caldo dopo i pasti.

3) Decotto di Assenzio (*Artemisia absinthium*): si prepara con gr. 5 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si beve molto caldo dopo i pasti.

4) Decotto di bacche di Ginepro (*Juniperus communis*): si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e lo si beve nel corso della giornata.

5) Succo di polpa di Zucca (*Cucurbita pepo*): si frulla, si filtra attraverso un colino, se ne prende un bicchiere la mattina a digiuno, per qualche giorno.

6) Infuso composto della seguente miscela: Melissa (*Melissa officinalis*) gr. 5, Menta piperita (*Mentha piperita*) gr. 5, Fumaria (*Fumaria officinalis*) gr. 5 e gr. 5 di Cardo santo (*Cnicus benedictus*). Si versa il tutto in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e lo si beve caldo dopo i pasti.

FLEBITE

Infiammazione delle vene (per lo più delle gambe). Riposo in letto con la gamba sollevata da un cuscino; massaggio fatto da massaggiatore. Bagni tiepidi di:

1) Decotto di Calendula (*Calendula officinalis*): si prepara con gr. 50 in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e si fanno compresse tiepide, per una o due ore al giorno.

2) Infuso di radice di Consolida maggiore

(*Symphitum officinalis*): si prepara con gr. 50 in un litro d'acqua bollente (senza fare bollire). Si lascia in fusione mezz'ora, si cola e si fanno impacchi tiepidi, o meglio si fascia la gamba con una fascia bagnata dell'infuso, due volte nelle 24 ore.

3) Decotto di corteccia di Castagno d'India (*Aesculus Hippocastanum*): si prepara con gr. 25 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti, si cola e se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, contemporaneamente alla cura esterna.

FORFORA

Affezione microbica del cuoio capelluto, causante una desquamazione continua, prurito, caduta dei capelli. E' contagiosa. Per evitare la formazione di forfora, è consigliabile fregare di tanto in tanto il cuoio capelluto, per qualche sera di seguito, con sale da cucina fine e coricarsi conservandolo nei capelli. Il mattino seguente occorre spazzolare bene i capelli per eliminare il residuo di sale. Poi si pratica per 8-10 giorni di seguito, una frizione con succo d'ortica fresca (*Urtica Urena* e *Urtica dioica*). Per ricavare il succo d'ortica si pesta tanta ortica quanta ne occorre in un mortaio di pietra e si sprema il succo attraverso un torchietto. Quindi si friziona la cute.

FORUNCOLO

Infiammazione localizzata della pelle; il "cencio", o piccolo indurimento che è alla fine espulso, non è che un pezzetto di tessuto necrotizzato. Può manifestarsi in qualsiasi punto.

1) Per fare maturare un antrace il miglior rimedio è dato dalle foglie di Tasso barbasso (*Verbascum Thapsus*) bollite nel latte. Le si applica calde, a mo' di cataplasma che si tiene fermo sulla parte malata mediante una benda di garza. Si rinnova fino ad effetto desiderato.

2) Decotto di radice di Bardana (*Arctium lappa*). Si fanno bollire gr. 30 di radice in un quarto di litro d'acqua per 10 minuti quindi si schiacciano e si applicano sulla parte malata. Si rinnova questa

applicazione mattino e sera, fino a maturazione.

3) Contemporaneamente si prende, a digiuno, una tazzina della seguente tisana: Centaurea minore (*Erythraea centaureum*) gr. 10 e gr. 10 di Salvia (*Salvia officinalis*). Si versano in un quarto di litro d'acqua bollente le due erbe. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e se ne beve una tazzina a digiuno, per otto giorni.

GANGRENA

La parte attaccata si raffredda, si scolora e si gonfia, favorita dal diabete o dalla degenerazione arteriosa, ecc.

1) Aceto antisettico di Aglio (*Allium sativum*): si prepara mettendo 25 spicchi di Aglio schiacciati in un litro di metà aceto di vino e metà di acqua bollente in vaso di coccio chiuso, per mezz'ora, quindi si sovrappongono bende bagnate nel decotto sulle parti malate, rinnovandole più volte.

2) Decotto di Assenzio (*Artemisia Absinthium*): si prepara con gr. 30 di sommità in un litro di metà acqua e metà vino. Si fa bollire un quarto d'ora. Si lascia in fusione un'ora e si cola. Quindi si bagnano le bende che si sovrappongono sulle parti malate, rinnovandole più volte.

3) Decotto di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*); si prepara con gr. 50 di foglie tritate in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un'oretta e si cola. Quindi si fanno compresse sulla parte malata, rinnovandole più volte.

4) Infuso antisettico: si prepara infondendo a freddo, per 15 giorni, in un litro d'alcool a 70°, gr. 10 di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*), gr. 10 di Salvia (*Salvia officinalis*), gr. 10 di Melissa (*Melissa officinalis*); e gr. 10 di Timo (*Tymus vulgaris*). Questo infuso si diluisce con il doppio del suo volume e si applica in compresse sulla parte malata, più volte. Lo stesso è anche molto utile bevuto a bicchierini.

GASTRALGIA

Nevrosi dolorosa dello stomaco.

- 1) Infuso di Camomilla (*Matricaria Chamomilla*): si prepara con gr. 10 di fiori in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Si cola e si beve durante la giornata, molto caldo.
- 2) Infuso di foglie di Anice (*Pimpinella anisum*); si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Si cola e si beve nel corso della giornata.
- 3) Infuso di Menta (*Mentha Piperita*); si prepara con gr. 15 di foglie in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione qualche minuto. Si cola e si beve molto caldo dopo i pasti.
- 4) Infuso di foglie di Arancio (*Citrus aurantium*); si prepara con gr. 12 di foglie tritate in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti. Si cola e si beve molto caldo dopo i pasti.
- 5) Infuso di Primula (*Primula officinalis*); si prepara con una manciata di fiori in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti. Si cola e si beve molto caldo dopo i pasti.

GASTRITE

Infiammazione dovuta, se acuta, ad eccesso di cibo o alla sua improprietà. Dà catarro allo stomaco, senso di pienezza, oppressione, ripugnanza al cibo, vomito.

- 1) Infuso di Consolida maggiore (*Symphitum officinalis*); si prepara con gr. 15 di radice contusa in mezzo litro d'acqua bollente (senza far bollire). Si lascia in fusione qualche minuto, si cola e lo si beve a più riprese nel corso della giornata.
- 2) Infuso di Cardo santo (*Cnicus benedictus*); si prepara con gr. 10 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti, si cola e lo si beve nel corso della giornata.
- 3) Decotto di Genziana (*Gentiana lutea*); si prepara con gr. 12 di radice contusa in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 5 minuti, si cola e si beve a tazzine dopo i pasti.
- 4) Infuso di Iperico (*Hypericum perforatum*); si

prepara con gr. 15 di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti, si cola e si beve in più riprese nel corso della giornata.

5) Vino digestivo: Maggiorana (*Origanum majorana*) gr. 10, Genziana (*Gentiana lutea*) gr. 10, Enula (*Inula helenium*) gr. 10, Lavanda (*Lavandula spica*) gr. 10, e gr. 10 di Ginepro (*Juniperus communis*). Si mette a macero per otto giorni il tutto in un litro di vino bianco secco generoso. Si filtra attraverso carta da filtro. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti principali.

GELONE

Eruzione di placche rosse e pruriginose, sulle dita, sul naso, sulle orecchie. Decotto di Castagno d'India (*Aesculus Hippocastanum*): si prepara con gr. 50 di castagne, torrefatte, polverizzate, e fatte bollire per un quarto d'ora in un litro d'acqua. Applicandolo sopra la parte malata e fregando leggermente con le dita per qualche minuto i dolori, se non scompaiono alla prima applicazione, alle successive scompaiono del tutto.

GENGIVITE

Infiammazione delle gengive.

- a) Gengive deboli: si mastica di tanto in tanto della buccia di Limone.
- b) Gengive gonfie: si masticano foglie fresche di Coclearia (*Cochlearia officinalis*).
- c) Gengive infette o indolenzite: 1) Si sciacqua sovente la bocca con decotto di Salvia. Gr. 40 di Salvia (*Salvia officinalis*) in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti quindi si cola. 2) Si sciacqua frequentemente la bocca con decotto di Quercia: gr. 50 di Quercia (*Quercus Robus*) in un litro di acqua bollente. Si lascia bollire 20 minuti e si cola. 3) Si sciacqua frequentemente la bocca con decotto di Tormentilla: gr. 50 di Tormentilla (*Potentilla tormentilla*) in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 20 minuti e si cola. 4) Si

sciacqua con decotto di Verbena: gr. 60 di Verbena (*Verbena officinalis*) in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora e si filtra. 5) Si sciacqua sovente la bocca con decotto di foglie di Noce: gr. 30 di foglie di Noce (*Juglans regia*) in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti e si filtra.

GOLA

Per il mal di gola occorre praticare gargarismi più volte al giorno con uno dei seguenti preparati.

- 1) Decotto di succo di Limone (*Citrus limon*).
- 2) Decotto di Alteza (*Althea officinalis*). Si fanno bollire per un quarto d'ora gr. 50 di fiori di Altea, quindi si cola e si gargarizza sempre ben caldo.
- 3) Decotto di foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*); si fanno bollire per un quarto d'ora gr. 50 di Rovo, quindi si filtra.
- 4) Si possono anche praticare gargarismi più volte al giorno con acqua e aceto ben caldo.

GOTTA

Infiammazione delle articolazioni. Sovente la gotta si manifesta improvvisamente con l'arrossamento e il turgore di un dito del piede e, qualche volta, con vomito, febbre, mal di testa. I dolori alla parte sono fortissimi e talvolta i depositi deformeranno le ossa. Prima di tutto occorre osservare un regime rigoroso, privo di bevande e alimenti che producono acido urico. Cibo leggerissimo, niente carne, niente alcoolici, niente grassi.

- 1) Per dare un po' di sollievo al sofferente è consigliabile immergere gli arti malati nel seguente decotto: si fanno bollire un quarto d'ora 100 grammi di Felce maschio (*Polystichum filix mas*) in tre litri d'acqua. Si cola e si immergono gli arti malati in una bacinella e si friziona leggermente.
- 2) Si fa bollire per un quarto d'ora gr. 50 di farina di Castagne d'India (*Aesculus Hippocastanum*). Si filtra e si immergono gli arti malati in una catinella, poi si friziona leggermente.

3) Si lascia macerare in un recipiente di coccio un litro di vino bianco a bagno-maria con gr. 10 di foglie di Ribes (*Ribes nigrum*), gr. 10 di sommità fiorite di Salvia (*Salvia officinalis*), gr. 10 di foglie di Betulla (*Betula alba*) e gr. 10 di sommità fiorite di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*). Quindi si lascia a macero 24 ore e si filtra. Dopo aver filtrato, si utilizza il preparato per ungere e frizionare la parte malata più volte al giorno. (Il preparato dev'essere sempre caldo prima di ungere). Contemporaneamente è utile prendere un infuso di: foglie di Sambuco (*Sambucus nigra*) gr. 10 e gr. 10 di fiori di Tiglio (*Tilia sylvestris*) in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti. Si cola e si beve molto caldo.

4) Si versa un litro di acqua bollente su gr. 30 di foglie e sommità fiorite di Spirea olmaria (*Spirea Ulmaria*). Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve mezzo litro di questo infuso nel corso della giornata, un giorno sì e uno no, per otto giorni.

5) Si immergono in un litro d'acqua fredda: gr. 15 di foglie di Frassino (*Fraxinus excelsior*), gr. 15 di foglie di Ribes (*Ribes nigrum*), gr. 15 di corteccia di Betulla (*Betula Alba*) e gr. 5 di radice di Bardana (*Arctium lappa*). Si fa riscaldare e bollire 10 minuti quindi si cola. Se ne beve una tazza al giorno tra i pasti.

6) Si mettono, in mezzo litro d'acqua fredda, gr. 15 di Rafano (*Coclearia armoracia*). Si scalda e si fa bollire 5 minuti. Si cola e se ne bevè un bicchiere, per otto giorni.

7) Per ultimo: si fanno bollire per 10 minuti in un litro d'acqua 3 cucchiaini di miele di gaggia. Si lascia raffreddare e si beve in luogo del vino.

GOZZO

. Eccessivo sviluppo della ghiandola tiroide, posta davanti alla trachea, al basso del collo. Questa ghiandola a secrezione interna ha funzioni importantissime e nella donna, si ingrossa leggermente durante i mestruai. Sviluppata in modo anormale la tiroide compri-

me la respirazione, falsa la voce, ostacola la deglutizione ma, se il carattere dell'ingrossamento è quello di una semplice ipertrofia, si può avere successo con la seguente cura:

- 1) Quercia marina (*Fucus vesiculosus*) applicata fresca attorno al collo per molte notti di seguito.
- 2) Decotto di Quercia (*Quercus robur*). Si fanno bollire gr. 100 di scorza frantumata, bollita in un litro di acqua per mezz'ora. Si lascia in fusione due ore e si cola. Basta avvolgere attorno al collo un panno piegato più volte, immerso nel decotto freddo, rinnovato più volte quando comincia a riscaldare, e così di seguito, più volte e per molti giorni. N.B. Non si deve tenere caldo sul collo perché il male aumenterebbe. Si prendano anche 2-3 cucchiaini del decotto ogni giorno, sempre freddo; in uno o due mesi il gozzo di solito è risolto.

GRIPPE O INFLUENZA

Malattia epidemica infettiva, con febbre, indebolimento, dolori di testa, di gola, raffreddore di testa e di petto, assenza di appetito, sete; può degenerare in bronco-polmonite. Dovuta ad un ultra microbio (virus filtrabile).

- 1) Vino di Cipolla (*Allium cepa*). Si prendono gr. 300 di Cipolle mature, miele chiaro e liquido gr. 100, vino bianco e generoso gr. 600. Si riducono le Cipolle in poltiglia in un mortaio di pietra; si passano per pannolino e si uniscono con miele e vino, in modo da formare una massa fluida omogenea. Quindi si imbottiglia, e si agita prima di prenderlo. 2-3 cucchiaini da minestra al giorno.

- 2) Vino di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*); si prepara con gr. 25 di foglie tritate in un litro di vino bianco, macerando per 10 giorni. Quindi si filtra e si imbottiglia. Si prende a cucchiaini 3-4 volte al giorno.

- 3) Infuso di semi di Finocchio (*Foeniculum officinalis*); si prepara per dare sollievo ai malati, un infuso di semi di finocchio, con gr. 25 di semi contusi in un litro di acqua bollente. Si lascia in fusio-

ne 5 minuti e si cola. Si beve in più riprese nel corso della giornata.

4) Infuso di fiori di Sambuco (*Sambucus nigra*): si prepara con gr. 25 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, quindi si cola. Si beve caldo nel corso della giornata.

5) Infuso di Achillea (*Achillea millefolium*); si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, quindi si cola. Si beve molto caldo durante la giornata. Inoltre si fa un clistere con lo stesso infuso.

6) Vino di Eufrasia (*Euphrasia officinalis*): si mettono a macero per 10 giorni gr. 15 di erba in un litro di vino rosso generoso. Quindi si filtra e si imbottiglia. Se ne prendono 3-4 bicchierini al dì.

7) Oppure un cucchiaino di aceto antisettico in un bicchiere d'acqua ben calda bevuta a sorsi in più riprese. Si prepara come già detto a pagina 14 cioè: gr. 20 di Artemisia (*Artemisia Absinthium*), gr. 20 di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*), gr. 20 di Salvia (*Salvia officinalis*), gr. 20 di Ruta (*Ruta graveolens*), gr. 20 di Lavanda (*Lavandula spica*), gr. 20 di Menta (*Mentha piperita*), gr. 10 di Cannella (*Cinnamomum ceylanicum*), gr. 10 di Calamo aromatico (*Acarus calamus*), gr. 10 di chiodi di Garofano (*Dianthus-caryophyllus*), una Noce moscata, una testa d'Aglio (*Allium sativum*) e gr. 5 di Canfora cinese; 1300 grammi di aceto di purissimo vino bianco. Si lascia macerare nell'aceto per 15 giorni, in una arbarella chiusa ermeticamente. Si filtra e si conserva in bottiglia ben chiusa. Si somministra a cucchiaini puro o diluito con acqua, 2-3 volte nella giornata.

IDROCELE

Raccolta di liquido intorno al testicolo, può denunciare una malattia venerea, come per contro può non avere seguito né cause particolari. Comunque l'idrocele guarisce perfettamente con le seguenti cure.

1) Vino di cenere di Ginestra scopereccia (*Sarothamnus scoparius*): si prepara con gr. 30 della ce-

nere della pianta in un litro di vino generoso bianco, a macero 6 giorni (la cenere sospesa in un sacchettino). Quindi si filtra e se ne bevono 4-6 cucchiaini da minestra, prima dei tre pasti ordinari, per 10 giorni.

2) Vino di frutti secchi al forno di Alkekengi (*Physalis Alkekengi*); si prepara con gr. 30 in un litro di vino di uva rosso. Si fa macerare per 8 giorni e si filtra. Se ne beve un bicchierino al mattino a digiuno, per 15 giorni.

3) Decotto di gemme di Betulla (*Betula alba*); si prepara con gr. 25 di gemme in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 20 minuti e si cola. Si aggiunge al decotto un cucchiaino da caffè di bicarbonato di sodio. Se ne bevono più tazzine in giornata.

4) Decotto di Prezzemolo (*Petroselinum sativum*); si prepara con gr. 15 della pianta in un litro di vino generoso bollente. Si lascia bollire 5 minuti e si filtra. Se ne beve un bicchiere dopo i pasti, per 8 giorni. Con lo stesso, ben caldo, si fanno compresse, che si rinnovano spesso sui testicoli.

IDRONEFROSI

Ritenzione di urina nel bacinetto del rene. Può essere data da torsione dell'uretere o dalla sua insufficienza o dalla sua ostruzione per mezzo di un calcolo, o anche dalla sua compressione per tumore. La ritenzione dell'urina provoca infezione.

1) Decotto di Aglio (*Allium sativum*); si prepara con il suo bulbo (volgarmente testa), o spicchi: 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora, quindi si cola. Se ne bevono 3-4 tazze al giorno, volendo, anche durante i pasti.

2) Decotto di foglie di Bosso (*Buxus sempervirens*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora e si cola. Si beve ben caldo zuccherato e aromatizzato con qualche goccia di limone.

3) Decotto di radice di Altea (*Althea officinalis*); si prepara con gr. 30 in un litro d'acqua bollente.

Si lascia bollire 20 minuti e si cola. Si beve a tazzine più volte nel corso della giornata.

4) Decotto di foglie e radice di Ortica (*Urtica urens* e *Urtica dioica*); si prepara con gr. 30 in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 20 minuti e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazze durante la giornata. Volendo si può berlo anche durante i pasti.

5) Infuso di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si cola e si beve durante i pasti.

6) Decotto della seguente miscela: Elicrisio (*Helichrysum Italicum*) 10 grammi, Ortica (*Urtica urens* e *Urtica dioica*) 10 grammi, Verbena (*Verbena officinalis*) 10 grammi, e 10 grammi di foglie di Bosso (*Buxus sempervirens*). Si versa la miscela in un litro di acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazze ben zuccherate durante la giornata.

7) Oppure si beve un bicchiere di acqua calda con un cucchiaino da minestra di aceto antisettico, al mattino a digiuno (Vedi pagine 14-77).

IDROPISIA

Raccolta di siero, data dalla chiusura dei canali linfatici o dalla sovrabbondanza di liquido emesso dai vasi sanguigni. E' probabile in una gamba stretta da elastico o in caso di varici. Una delle maggiori cause di idropisia è il reumatismo. E' idropisia anche il gonfiore che segue una distorsione o una puntura di insetto; come è idropisia il dilatarsi delle mani e dei piedi sotto l'azione del calore e dell'eccessivo lavoro, ecc.

1) Infuso di fiori di Ginestra dei carbonai (*Cytisus scoparius*): gr. 30 in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione quindici minuti e si filtra. Se ne bevono tre tazze al giorno, per otto giorni.

2) Decotto di frutti secchi di Alkekengi (*Physalis Alkekengi*); si prepara con gr. 30 in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione quindici minuti e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazze durante la giornata, per otto giorni.

3) Decotto di barbe di Granoturco (*Zea Mays*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti e si cola. Se ne bevono 4-5 tazze durante la giornata, volendo anche durante i pasti, per 10 giorni.

4) Decotto di Betulla (*Betula Alba*); si prepara con 30 grammi di foglie in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora e si cola. Se ne beve una tazza durante i pasti, per 10 giorni.

5) Decotto di Canapa acquatica (*Eupatorium cannabinum*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve una tazza ai pasti.

6) Decotto di Cipolle (*Allium cepa*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione mezz'ora e si cola. Si beve a volontà durante i pasti e fuori pasti, per 10 giorni.

7) Decotto di Ortica (*Urtica urens e urtica dioica*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono 4-5 tazze durante la giornata.

8) Decotto di foglie e fusto di Saponaria (*Saponaria officinalis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti e si filtra. Se ne beve a tazzine più volte nel corso della giornata, per 10 giorni.

IDROTORACE

Raccolta d'acqua nel sacco pleurico, da debolezza cardiaca.

1) Decotto di Equiseto (*Equisetum arvens*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione fino a ridurre di un terzo e si filtra. Si beve a cucchiaini in più riprese nel corso della giornata, per 10 giorni.

2) Decotto di Quercia (*Quercus robur*); si prepara con 30 grammi di corteccia frantumata in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si filtra. Si beve tiepido a cucchiaini in più riprese nel corso della giornata, per 15 giorni.

3) Decotto di Marrubio (*Marrubium vulgare*); si

prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 20 minuti e si cola. Se ne bevono 5-6 tazzine nella giornata, per 15 giorni.

4) Decotto di Polmonaria (*Polmonaria officinalis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti e si cola. Si beve molto caldo e zuccherato in più riprese nel corso della giornata, per 15 giorni.

5) Decotto di Enula (*Inula helenium*); si prepara con 20 grammi di radice frantumata in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti e si cola. Si beve ben caldo e zuccherato in più riprese nel corso della giornata, per 15 giorni.

6) Decotto di Iperico (*Hypericum Perforatum*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti e si cola. Se ne bevono 4-5 tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

7) Decotto di Iride (*Iris Germanica*); si prepara con 8 grammi di rizoma in tre quarti di litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata, caldo e zuccherato, per 8 giorni.

8) Decotto di Edera terrestre (*Glechoma hederacea*); si prepara con 20 gr. di foglie in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti e si filtra. Si bevono 5-6 tazzine nel corso della giornata, per 8 giorni.

10) Contemporaneamente ai decotti occorre fare cataplasmi: foglie di Verbena fresche (*Verbena officinalis*), pestate e unite con un cucchiaino di semi di Lino (*Linus Usitatissimu*) contusi, un cucchiaino di farina di Trigonella (*Foenum-graecum*) e un bianco d'uovo sbattuto a neve. Tutto a freddo si avvolge in un sacchettino di garza, poi si applica sulla parte e si mettono stracci sopra il cataplasma, in modo che possano assorbire l'acqua che fuoriesce dal cataplasma stesso.

IMPETIGINE

Malattia della pelle, contagiosa, frequente fra i ragaz-

zi. Influisce molto sul propagarsi della impetigine l'abitudine alla sporcizia, lo scarso uso di acqua, dentro e fuori del corpo, la promiscuità con animali da cortile, ecc.

1) Decotto di Verbasco (*Vervascum thapsus*); si prepara con gr. 50 di foglie in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora e si filtra. Si fanno impacchi caldi rinnovando il decotto 3 volte al giorno fino a completa guarigione.

2) Decotto di Salvia (*Salvia officinalis*); si prepara con una manciata di foglie e rametti in un litro d'acqua bollente. Si lasciano bollire un quarto d'ora e si filtra. Si fanno impacchi caldi rinnovando il decotto 3 volte al dì fino a completa guarigione.

3) Decotto di Edera (*Hedera Helix*) o Edera comune. Si prepara con una manciata di foglie fresche e tritate in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora e si filtra. Si fanno impacchi caldi di questo decotto rinnovandolo 3 volte al giorno fino a completa guarigione.

4) Decotto di Antillide (*Anthyllis vulneraria*); si prepara con gr. 50 in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 5 minuti e si cola. Si fanno impacchi caldi di decotto rinnovandolo 3 volte al giorno fino a completa guarigione.

5) Decotto di Erodio moscato (*Erodium moscatum*) gr. 20 e gr. 40 di Calendula (*Calendula officinalis*). Si immergono in tre quarti di litro d'acqua bollente le erbe. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si filtra. Si fanno impacchi caldi rinnovando il decotto 3 volte al giorno fino a completa guarigione.

6) Decotto di foglie di Cavolo (*Brassica oleracea*); si prepara con gr. 50 di foglie fresche tritate, in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti e si cola. Si fanno impacchi caldi rinnovando il decotto 3 volte al giorno fino a completa guarigione.

IMPOTENZA

Privazione di potere sessuale. Può essere data da im-

perfezioni dei genitali, da malattie costituzionali o da malattie del midollo spinale e del cervello. Talvolta da un profondo esaurimento nervoso o troppo assiduo lavoro intellettuale. Esiste anche una forma di impotenza psichica, frequente in individui sani, procurata all'atto del matrimonio dalla preoccupazione del fatto nuovo.

1) Vino di Galanga (*Alpinia officinalis*). Originaria della Cina meridionale. Si prepara con gr. 15 di radice frantumata in un litro di vino rosso generoso, facendo macerare 10 giorni. Si filtra e si mette in bottiglia. Si beve un bicchierino prima dei pasti.

2) Vino di Gin-Seng (*Panax quinquefolium*), pianta originaria della Cina. E' considerato uno specifico contro ogni male. Si prepara con 10 grammi della radice frantumata in un litro di vino rosso generoso, facendo macerare 8 giorni, quindi si filtra e si imbottiglia. Se ne prendono due bicchierini al giorno prima dei due pasti principali.

3) Vino di Kaw-Kaw (*Piper methysticum*), pianta originaria delle Isole del Pacifico. Si prepara con gr. 10 della radice frantumata in un litro di ottimo vino rosso, facendo macerare 10 giorni. Si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti principali.

4) Vino di Damiana (*Turnera aphrodisiaca*). Habitat: America del Nord, Messico, Antille. Agisce sul cervello, midollo spinale e organi genitali. Si prepara con gr. 20 di foglie tritate in un litro di vino generoso rosso, facendo macerare 10 giorni. Si filtra e si mette in bottiglia. Da usarsi ripetutamente per qualche giorno, un bicchierino al mattino a digiuno.

5) Vino di Noce di Cola (*Sterculia acuminata*). Habitat: Camerun e Giamaica. La Noce viene considerata l'alimento di riserva di tutto il sistema nervoso. Si prepara con gr. 15 in un litro di ottimo vino rosso, facendo macerare per 10 giorni. Si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un cucchiaino prima dei pasti, con intervalli di 10 giorni al mese.

6) Vino di Echinacea (*Brauneria pallida* o *Echina-*

cea angustifolia). Habitat: America del Nord. Specifico diaforetico, antisifilitico, depurativo, afrodisiaco. Si prepara con gr. 20 di radice in un litro di vino generoso rosso, facendo macerare 8 giorni. Si filtra e si aggiunge 100 grammi di zucchero. Quindi si imbottiglia. Se ne beve un cucchiaino prima dei pasti.

7) Vino di corteccia di Ioimbe (*Crynante yohimbe*), pianta indigena del Camerum, potente afrodisiaco, anestetico locale. Si prepara con gr. 15 in un litro di buon vino rosso, gr. 100 di zucchero, macerando 10 giorni. Si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un cucchiaino prima dei due pasti principali.

8) Vino di Muira puana (*Acanthea virilis*). Habitat: Cile e Brasile. Eccitante generale, afrodisiaco di potenza straordinaria. Si prepara con gr. 15 di radice in un litro di vino generoso rosso, macerando 10 giorni con 100 grammi di zucchero. Si filtra e si imbottiglia. Se ne beve un cucchiaino prima dei pasti principali.

9) Decotto: Menta (*Mentha piperita*) gr. 10, Bulbo di Tulipano gr. 10, Foglie di Rugola (*Enuca sativa*) gr. 10 e gr. 10 di radice di Sedano di montagna (*Lavisticum officinalis*). Si fa bollire il tutto in mezzo litro d'acqua 10 minuti e si filtra. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

10) Decotto: Foglie di Menta (*Mentha piperita*) gr. 10, Semi di Anice verde (*Pimpinella Anisum*) gr. 10, Radice di sedano (*Apium graveolens*) gr. 10 e gr. 10 di Angelica (*Angelica silvestris*). Si fa bollire il tutto 10 minuti in mezzo litro d'acqua. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

11) Decotto: Cardo santo (*Cnicus benedictus*) gr. 10, radice di Sedano (*Apium graveolens*) gr. 10, Angelica frantumata (*Angelica silvestris*) gr. 10 e gr. 10 di Menta (*Mentha piperita*). Si fa bollire 10 minuti in mezzo litro d'acqua tutta la miscela. Quindi si filtra e lo si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

INCONTINENZA D'URINA

La perdita di urina può essere data da malattia o da scosse nervose. Nelle malattie del midollo spinale l'urina esce appena giunta nella vescica.

1) Decotto di Achillea (*Achillea Millefolium*); si prepara con gr. 20 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si lascia riposare 10 minuti. Quindi si filtra. Se ne prende una tazza tutte le sere prima di coricarsi, per 15 giorni al mese.

2) Decotto di Bistorta (*Polygonum bistorta*); si prepara con gr. 30 in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve una tazza tutte le sere prima di coricarsi, per 15 giorni al mese.

3) Decotto di Iperico (*Uypericum perforatum*); si prepara con gr. 20 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti. Quindi si lascia in fusione 10 minuti. Se ne beve una tazza prima di coricarsi, per 10 giorni al mese.

4) Decotto di Ortica (*Urtica dioica*, *Urtica urens*); si prepara con gr. 25 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve una tazza tutte le sere prima di coricarsi.

5) Decotto di scorza di Quercia (*Quercus robur*); si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve una tazza tutte le sere prima di coricarsi.

6) Decotto di Cipresso, frutto frantumato (*Cupressus sempervirens*); si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve una tazza tutte le sere prima di coricarsi, per 15 giorni al mese.

7) Decotto di Rhus aromatica (*Famiglia Anacardiacee*). Habitat: Canadà, Stati Uniti. Si prepara con gr. 15 di radice in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve una tazza tutte le sere prima di coricarsi, per 10 giorni al mese.

8) Decotto di Agrimonia (*Agrimonia Eupatoria*); si prepara con gr. 30 in mezzo litro di acqua bollen-

te. Si lascia in ebollizione 5 minuti e si filtra. Se ne beve una tazza tutte le sere prima di coricarsi, per 15 giorni al mese.

INDIGESTIONE

E' provocata dal non digerire e dal digerire in modo incompleto. Può essere data da malattia, come da banali errori di dietetica. Causa comune di indigestione è l'orario irregolare dei pasti, dannosissimo.

1) Infuso di Melissa (*Melissa officinalis*); si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono due tazze, ben calde.

2) Decotto di Genziana (*Gentiana lutea*); si prepara con gr. 10 di radice in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 5 minuti e si filtra. Se ne bevono due tazze ben calde.

3) Infuso di semi di Cumino dei prati (*Carum carvi*); si prepara con gr. 10 in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione e si filtra. Lo si beve in due volte molto caldo.

4) Infuso di Camomilla (*Matricaria chamomilla*); si prepara con gr. 10 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono due tazze molto calde.

5) Infuso di Assenzio (*Artemisia Absinthium*); si prepara con gr. 8 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono due tazzine molto caldo e zuccherato.

6) Infuso di Salvia (*Salvia officinalis*); si prepara con gr. 20 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a cucchiaini in più riprese nel corso della crisi.

7) Si fa bollire un limone (*Citrus limon*), tagliato a pezzettini in mezzo litro d'acqua, per 20 minuti. Quindi si beve in più riprese nel corso della crisi.

8) Decotto di Ginepro (*Juniperus communis*); si prepara con gr. 15 di bacche pestate in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti e si filtra. Si beve a piccoli sorsi molto caldo, nel corso della crisi.

9) Infuso di Issopo (*Hyssopus officinalis*); si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazze in più riprese e molto caldo.

INFLUENZA

Il periodo di incubazione dell'influenza è di 48 ore e lo scoppio del male è talvolta così improvviso da abbattere di colpo gli individui più forti. Più spesso, però, il male si manifesta con dolori di capo, indolenzimento delle ossa, brividi, febbre. Si accentua il malessere con abbondante scolo del naso e degli occhi, mal di gola, tosse e qualche volta, vomiti e dolori addominali, ecc.

1) Infuso di foglie tritate di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*); si prepara con gr. 15 di foglie in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve ben zuccherato e molto caldo nel corso della giornata. Si consiglia anche di masticare alcune foglie di Eucalipto e di inghiottirne il succo amaro e piacevole.

2) Infuso di Salvia (*Salvia officinalis*); si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve molto caldo in più riprese nel corso della giornata.

3) Infuso di foglie di Cestro (*Cestrum parqui*); si prepara con gr. 8 in tre quarti di litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono 5-6 cucchiaini durante la giornata.

4) Decotto di Ginepro (*Juniperus communis*); si prepara con gr. 15 di bacche contuse in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a cucchiaini durante la giornata.

5) Infuso di Issopo (*Hyssopus officinalis*); si prepara con gr. 10 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione qualche minuto e si filtra. Si beve a cucchiaini molto caldo, in più riprese, nel corso della giornata.

6) Infuso di fiori di Primula (*Primula officinalis*); si prepara con gr. 10 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra.

Se ne bevono 4-5 tazzine al giorno.

7) Infuso di Erisimo (*Sisymbrium Erysimum*); si prepara con gr. 20 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono 5-6 tazze nel corso della giornata.

8) Infuso di Eufrasia (*Euphrasia officinalis*); si prepara con gr. 10 in mezzo litro di vino rosso bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a cucchiaini più volte al dì.

9) Infuso di Maggiorana (*Origanum Majorana*); si prepara con gr. 10 di sommità fiorite in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a cucchiaini in più riprese nel corso della giornata.

10) Infuso di Menta (*Mentha piperita*); si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata.

11) Infuso di Pilocarpo (*Pilocarpus Joborandi*); si prepara con gr. 8 di foglie in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a cucchiaini in più riprese nel corso della giornata molto caldo.

12) Infuso di foglie di Sedano (*Apium graveolens*); si prepara con una manciata di foglie tritate in mezzo litro di latte bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve molto caldo e zuccherato in più riprese nel corso della giornata.

13) Infuso di fiori di Tiglio (*Tilia vulgaris*); si prepara con gr. 10 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve molto caldo nel corso della giornata.

14) Infuso: Borrana (*Borrago officinalis*) gr. 10, Ginestra dei carbonai (*Sarothamnus scoparius*) gr. 10, Calendula (*Calendula officinalis*) gr. 10, Lavanda (*Lavandula vera*) gr. 10 e gr. 10 di Viola del pensiero (*Viola tricolore*). Si versa la miscela in un litro d'acqua bollente, con un cucchiaino di aceto antisettico (Ved. pag. 14-77). Si lascia riposare qualche minuto e si filtra. Se ne beve 6-7 tazzine nel corso di 24 ore, ben caldo e zuccherato.

INSONNIA

Difficoltà di dormire per indigestione, febbre, disturbi nervosi, ecc.

- 1) Infuso di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*); si prepara con gr. 20 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine nella giornata.
- 2) Infuso di foglie di Arancio (*Citrus Aurantium*); si prepara con un pizzico di foglie tritate in una tazza d'acqua bollente. Va preso molto caldo, prima di andare a letto.
- 3) Infuso di Biancospino (*Crataegus oxyacantha*); si prepara con un pizzico di fiori in una tazza d'acqua bollente. Si beve molto caldo, prima d'andare a letto.
- 4) Infuso di Camomilla (*Matricaria Chamomilla*); si prepara con un cucchiaino di fiori in una tazza d'acqua bollente. Si beve molto caldo, prima d'andare a letto.
- 5) Infuso di Eufrasia (*Euphrasia officinalis*); si prepara con un pizzico di sommità fiorite in una tazza d'acqua bollente. Si beve molto caldo, prima d'andare a letto.
- 6) Infuso di fiori di Luppolo (*Humulus lupulus*); si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si beve caldo, prima d'andare a letto.
- 7) Infuso di Pratolina (*Bellis perennis*); si prepara con un pizzico della pianta fiorita in una tazza d'acqua bollente. Si beve caldo, prima di andare a letto.
- 8) Infuso di foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*); si prepara con gr. 10 in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Si beve caldo, prima d'andare a letto.
- 9) Infuso di fiori di Tiglio (*Tilia vulgaris*); si prepara con gr. 10 in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti. Si beve caldo, prima d'andare a letto.
- 10) Infuso di radice di Valeriana (*Valeriana officinalis*); si prepara con una manciatina in una tazza d'acqua bollente. Si beve caldo, prima di coricarsi.

11) Infuso di Viola del pensiero (*Viola tricolore*); si prepara con gr. 10 di foglie e fiori in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti. Si beve caldo, prima d'andare a letto.

12) Infuso di petali di Papavero (*Papaver rhoeas*); si prepara con gr. 5 in una tazza d'acqua bollente. Si beve molto caldo, prima d'andare a letto.

13) Infuso: Biancospino (*Crataegus oxyacantha*) gr. 5, Tiglio fiori (*Tilia vulgaris*) gr. 5, Timo (*Thymus serpyllum*) gr. 5, Ballota (*Ballota foetida*) gr. 5, e gr. 5 di Asperula (*Asperula odorata*). Si versa in mezzo litro d'acqua bollente tutta la miscela. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono tre tazze nella giornata.

14) Infuso di sommità fiorite di Meliloto (*Melilotus officinalis*); si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si beve molto caldo, prima d'andare a letto.

15) Infuso di sommità fiorite di Basilico (*Ocimum basilicum*); si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si beve caldo, prima d'andare a letto.

16) Infuso di foglie e fiori di Passiflora (*Passiflora coerulea*); si prepara con gr. 10 in mezzo litro d'acqua bollente. Si beve in tre volte nel corso della giornata.

17) Infuso di Maggiorana (*Origanum Majorana*); si prepara con un pizzico di sommità fiorite in una tazza d'acqua bollente. Si beve molto caldo, prima d'andare a letto.

INTESTINO

Lungo otto metri va dallo stomaco all'ano e vi si completa il processo digestivo. Per le affezioni dell'intestino:

1) Decotto di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*); si prepara con gr. 30 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 8 giorni.

2) Infuso di foglie e fiori di Altea (*Althea officinalis*); si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua

bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve nel corso della giornata a tazzine, per 10 giorni.

3) Decotto di radice e frutto di Carota (*Daucus carota*); si fanno cuocere 4 Carote in un litro d'acqua per mezz'ora. Se ne beve il decotto caldo, nel corso della giornata, per 10 giorni.

4) Decotto di Cicoria (*Cichorium inthybus*); si infonde in un litro d'acqua bollente una manciata di Cicoria fresca, tagliata minuta. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve un bicchiere al mattino a digiuno e uno alla sera, prima d'andare a letto, per 10 giorni. Con lo stesso, molto caldo, si inzuppa un panno che, applicato sulla regione gastrica, calma il peso di stomaco; posto sul ventre calma l'infiammazione dei visceri.

5) Decotto di Lattuga (*Lactuca sativa*); si prepara con una Lattuga fresca, in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione mezz'ora. Si fa riposare e si cola. Si beve molto caldo, nella giornata, per 10 giorni.

6) Decotto di Lichene d'Islanda (*Cetraria Islandica*); si prepara con gr. 15 in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 4-5 tazzine ben zuccherato nel corso della giornata, per dieci giorni.

7) Infuso a freddo di semi di Lino (*Linum usitatissimum*): si infonde per una notte 2 cucchiaini di semi in un bicchiere di acqua fredda. Si beve la mattina a digiuno, per dieci giorni.

8) Infuso di foglie di Malva (*Malva silvestris*); si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Se ne beve una tazzina al mattino a digiuno e una tazzina verso le ore 16, per dieci giorni.

9) Infuso di foglie di Menta (*Mentha piperita*); si prepara con gr. 10 in mezzo litro di acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve molto caldo, più volte in giornata, per 8 giorni.

10) Infuso di Polline, con l'infiorescenza o "gattino" di Noce (*Juglas regia*): si prepara con gr. 7 in

mezzo litro di vino rosso bollente. Si lascia in fusione e si filtra. Si beve a sorsi nel corso della giornata, per otto giorni.

11) Infuso di foglie di Anice (*Pimpinella Anisum*); si prepara con gr. 10 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata, per 10 giorni.

12) Infuso di fiori di Primula (*Primula officinalis*); si prepara con 8 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata, per 8 giorni.

13) Decotto di foglie e fusti di Saponaria (*Saponaria officinalis*); si prepara con 25 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 8 giorni.

14) Decotto di Quercia (*Quercus Robus*); si prepara con grammi 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata, per 8 giorni.

15) Infuso di Timo (*Thimus vulgaris*); si prepara con gr. 8 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a sorsi durante la giornata, per 8 giorni.

16) Decotto di foglie di Uva ursina (*Arctostaphylos arbutus*); si prepara con gr. 10 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, a tazzine nel corso della giornata, per otto giorni.

17) Decotto di Verga d'oro (*Solidago virga-aurea*); si prepara con gr. 20 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 5 minuti e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata, per 8 giorni.

IPERTENSIONE

Eccesso di pressione sanguigna.

1) Alcolato di Aglio (*Allium sativum*): si fa macerare in 100 grammi di alcool a 95°, 120 grammi di Aglio secco e pestato, per dieci giorni; quindi si filtra. Se ne prendono ogni mattina a digiuno 25 goc-

ce in due dita di acqua, per due mesi. Questo preparato produce una diminuzione della pressione arteriosa e nei casi di arteriosclerosi dà un benefico aumento dell'attività respiratoria. Ha anche azione antibiotica e anticancerogena.

2) Infuso di Biancospino (*Crataegus oxyacantha*); si prepara con un cucchiaino da caffè in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti e si filtra. Se ne bevono tre tazze al giorno, per tre mesi. Il Biancospino ha la proprietà di tonificare il cuore e di regolarizzare la funzionalità dei vasi portando l'equilibrio tra la pressione sanguigna e la forza d'impulso del cuore e rende più durevole ed efficace il compito cardiaco.

3) Infuso di Vischio (*Viscum album*); si prepara con una manciatina di rametti e foglie in una tazza d'acqua bollente. Si lascia riposare un quarto d'ora e si beve in due volte mattino e sera a digiuno, per 15 giorni di seguito.

4) Infuso di foglie d'Olivo (*Olea Europea*); si prepara con gr. 20 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti e si filtra. Se ne bevono tre tazze al giorno. Una a digiuno, una prima dei pasti principali.

5) Miscela composta dalle seguenti erbe: Parietaria (*Parietaria officinalis*) grammi 5, Vischio (*Viscum album*) grammi 5, foglie d'Olivo (*Olea europea*) grammi 5 e 5 grammi di Caglio (*Galium verum*). Si versa la miscela in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono tre tazzine al giorno fra i pasti, per 15 giorni al mese. E' necessario un severo regime alimentare: niente alimenti pesanti, salumi, selvaggina, cavoli, spinaci. Niente alcolici e caffè.

IPOCONDRIA

L'ipocondria è uno stato morboso, che va dalla leggera nevrosi alla infermità di mente.

1) Infuso di Cimifuga (*Cimifuga racemosa*); si prepara con gr. 5 di radice in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Se ne

bevono 3 cucchiaini al giorno, per 15 giorni al mese.
2) Infuso di Biancospino (*Crataegus oxyacantha*); si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione e si filtra. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

3) Miscela composta dalle seguenti erbe: Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*) gr. 10, Borsapastore (*Capsella bursa pastoris*) gr. 10, Melissa (*Melissa officinalis*) gr. 10, e gr. 10 di Ballota (*Ballota foetida*). Si versa la miscela in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono tre tazzine al giorno, per 15 giorni al mese.

4) Altra miscela: Rosa canina (*Rosa canina*) grammi 10, Cimifuga (*Cimifuga racemosa*) gr. 5, Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*) gr. 10 e gr. 10 di Ballota (*Ballota foetida*). Si versa in un litro d'acqua bollente la miscela. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono tre tazzine calde, al giorno, per 15 giorni al mese.

IPOTENSIONE ARTERIOSA (Vedi alla voce PRESSIONE BASSA)

IRRITAZIONI DELLA BOCCA E DELLE FAUCI

1) Infuso di foglie di Aristotelia (*Aristotelia maqui*); si prepara con gr. 50 in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare 10 minuti e si filtra. Quindi si gargarizza la bocca più volte al giorno.

2) Infuso dell'intera pianta di Brunella (*Brunella vulgaris*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare 10 minuti e si filtra. Quindi si sciacqua la bocca più volte al giorno.

3) Infuso dell'intera pianta di Cicuta rossa (*Geranium Robertianum*); si prepara con gr. 50 in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare e si filtra. Quindi si sciacqua la bocca tre-quattro volte al giorno.

4) Infuso di foglie di Carpino (*Carpinus betulus*); si prepara con gr. 30 in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si sciacqua la bocca 3-4 volte al giorno.

- 5) Infuso dell'intera pianta di Erba fragolina (*Sanícula europea*); si prepara con gr. 30 in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione e si filtra. Si sciacqua la bocca più volte nella giornata.
- 6) Infuso di radice di Gunnera (*Chilensis*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare per un quarto d'ora e si filtra. Si sciacqua la bocca 3-4 volte al giorno.
- 7) Infuso di foglie di Ligustro (*Ligustrum vulgare*); si prepara con gr. 50 in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si sciacqua la bocca più volte nella giornata.
- 8) Decotto di Limone (*Citrus limon*). Si fa bollire uno o due limoni in un litro d'acqua. Quindi si sciacqua la bocca 4-5 volte nella giornata.
- 9) Decotto dell'intera pianta di Margheritina (*Belvis perennis*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora e si filtra. Si sciacqua la bocca più volte nella giornata.
- 10) Infuso di sommità fiorite di Meliloto (*Melilotus officinalis*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si sciacqua la bocca più volte al giorno.
- 11) Decotto di foglie e bacche di Mirtillo (*Vaccinium myrtillus*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si filtra. Si sciacqua la bocca a più riprese nel corso della giornata.
- 12) Infuso di foglie di Pervinca (*Vinca minor*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si sciacqua la bocca a più riprese nella giornata.
- 13) Infuso di foglie e petali di Rose (*Rosa di macchia*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare un quarto d'ora e si filtra. Si sciacqua la bocca a più riprese nel corso della giornata.
- 14) Infuso di foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra.

Si sciacqua la bocca a più riprese nel corso della giornata.

15) Infuso di sommità fiorite di Salvia (*Salvia officinalis*), si prepara con 30^g grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si sciacqua la bocca più volte nel giorno.

16) Infuso di foglie tritate di Platano (*Platanus orientalis*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione per mezz'ora e si filtra. Si sciacqua la bocca a più riprese nella giornata.

ISCHIALGIA (Vedi alla voce SCIATICA)

ISTERISMO

Malattia mentale. Si manifesta nell'adolescenza e non è limitato alle sole donne. Le cause sono da ricercarsi più nell'ambiente che nell'ereditarietà. Più delle volte, esempi ed educazione sono un seguito di errori che agiscono sul sistema nervoso dei bambini, predisponendoli a un nervosismo che diverrà isterismo. Spesso l'isterismo è dato da un matrimonio sbagliato o eccessivamente passionale. Più spesso per desideri frenati, o troppo repressi. Il carattere dell'isterico è emotivo, bisognoso d'amore e d'affetto.

1) Infuso di erba Fumaria (*Adaxa moschatellina*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono tre tazzine al giorno; per 15 giorni al mese.

2) Infuso di gomma di Ferula (*Ferula narthex-Ferula scorodosma*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare e si filtra. Se ne bevono tre tazzine al giorno, per 10 giorni al mese.

3) Infuso di Galeopside (*Galeopsis grandiflora*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

4) Infuso di radice di Gelsemio (*Gelsemio semper-*

virens). Habitat: Stati Uniti d'America e Messico. Si prepara con 8 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono tre tazzine al giorno, per 10 giorni al mese.

5) Infuso di Moscatella (*Adoxa moscatellina*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

6) Infuso di Passiflora incarnata. Indigena del Brasile. Si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Se ne bevono tre tazzine al giorno, per 15 giorni al mese.

7) Infuso di Cimifuga (*Cimifuga racemosa*); si prepara con 8 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono tre tazzine caldo, al giorno, per 15 giorni al mese.

8) Infuso di Duboisia (*Duboisia Myoporoides*); si prepara con 5 grammi di foglie in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono tre tazzine al giorno, per 15 giorni al mese.

9) Infuso di Camomilla (*Matricaria chamomilla*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata.

10) Decotto di corteccia di Agrifoglio (*Ilex agrifolium*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare 10 minuti e si cola. Se ne bevono tre tazze al giorno, per 15 giorni al mese.

11) Infuso di foglie di Arancio (*Citrus aurantium*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono tre tazze al giorno, per 15 giorni al mese.

12) Infuso di radice di Angelica (*Angelica officinalis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si fil-

tra. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

13) Infuso di Salice nero (*Salix nigra*); si prepara con 10 grammi di scorza in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve durante il giorno, per 15 giorni al mese.

14) Infuso di radice di Sambul (*Ferula Sambul*). Indigena dell'Asia centrale. Si prepara con 8 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a cucchiaini nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

15) Infuso di radice di Valeriana (*Valeriana officinalis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve in più riprese nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

ITTERIZIA

Tinge la pelle e il bianco degli occhi di colore giallo verdastro, può essere data da catarro nel canale biliare. In questo caso si avranno feci grige, abbondanti, assai graveolenti, urine scure e torbide, pesantezza al capo.

1) Infuso di foglie di Agave (*Agave Americana*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente, si aggiunge qualche cucchiaino di miele. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni.

2) Infuso di foglie di Boldo (*Pheumus boldus*); si prepara con 10 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni.

3) Infuso di corteccia di Chionanto (*Chinantus Virginiana*); si prepara con 10 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare mezz'ora e si filtra. Si beve nel corso della giornata, per 8 giorni.

4) Infuso di Eritrea cilena (*Eruthraea chilensia*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni.

5) Decotto di rizoma di Polipodio (*Polypodium*

vulgaris); si prepara con 25 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a tazzine zuccherato nel corso della giornata, per 10 giorni.

6) Infuso di Fumaria (*Fumaria officinalis*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 8 giorni.

7) Decotto di radice di Tarassaco (*Taraxacum officinalis*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire mezz'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni.

8) Decotto di semi di Finocchio (*Foeniculum vulgare*); si prepara con 50 grammi in un litro di acqua bollente. Si lascia in ebollizione mezz'ora. Si fa riposare per mezz'ora e si filtra. Si beve nel corso della giornata, per 10 giorni.

9) Miscela: Semi di Finocchio (*Foeniculum vulgare*) gr. 5, radice di Angelica (*Arcangelica silvestris*) gr. 5, Menta (*Mentha piperita*) gr. 5, foglie di Carciofo (*Cynara scolymus*) gr. 5, foglie di Bosso (*Buxus sempervirens*) gr. 5 e gr. 5 di foglie di Boldo (*Pneumus boldus*). Si versa in un litro d'acqua bollente tutta la miscela. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni.

10) Miscela: Bosso (*Buxus sempervirens*) gr. 10, Camomilla (*Matricaria chamomilla*) gr. 10 e gr. 10 di foglie di Frassino (*Fraxinus ornus*). Si versa tutta la miscela in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata, per 10 giorni.

11) Miscela: Rafano (*Coclearia armoracia*) grammi 10, Tarassaco (*Taraxacum officinalis*); gr. 10 e gr. 10 di foglie di Boldo (*Pneumus boldus*); si versa tutta la miscela in un litro d'acqua bollente, si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve nel corso della giornata a tazzine, per 8 giorni.

LARINGITE

Anche un raffreddore comune può degenerare in laringite acuta, con afonia, male di gola, tosse, febbre, tendenza alla sordità.

1) Decotto di foglie di Pino (*Pinus silvestris*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare per mezz'ora e si filtra. Se ne bevono tre tazzine al giorno, per 8 giorni. E' cura efficace contro tosse stizzose e irritazione di gola.

2) Infuso di Erisimo (*Erysimum officinalis*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora, si filtra e si addolcisce con miele. Se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata, per 8 giorni. Dà molto sollievo in tutte le forme di laringite.

3) Vino di foglie di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*); si prepara con 15 grammi in un litro di vino rosso generoso, macerando otto giorni. Quindi si filtra. Se ne bevono 3 bicchierini al giorno, per otto giorni.

4) Infuso di Issopo (*Hyssopus officinalis*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione per mezz'ora. Se ne bevono 4-5 tazzine nel corso della giornata, per 8 giorni. Questa pianta si usa anche nella corizza o raffreddore di testa.

5) Infuso di fiori di Malva (*Malva silvestris*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata, per otto giorni. Con lo stesso infuso si fanno gargarismi, aggiungendo per un bicchiere di liquido un cucchiaino di acqua ossigenata.

6) Cipolla (*Allium cepa*). Si mangiano 8-10 cipolle cotte o crude al giorno, per tre giorni. Ristabilisce presto e rende la voce chiara.

7) Infuso di Polmonaria (*Polmonaria officinalis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra per pannolino. Si addolcisce con miele e se ne bevono 3-4

tazzine nel corso della giornata, per 8 giorni. Questa erba può essere chiamata erba dei polmoni, perché agisce sulle vie respiratorie. Agisce anche come disciogliente ed eliminante del catarro o mucosità.

8) Decotto di foglie tritate di Tossilaggine (*Tussilago farfaro*); si prepara con una manciata di foglie in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 4-5 tazzine nel corso della giornata. Si fumano anche le foglie di Tarassaco secche a guisa di sigari per la tosse e per l'asma: la respirazione sarà più facile.

9) Decotto di foglie di Verbasco (*Verbascum thapsus*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti, si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si zucchera con miele e se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata, per 8 giorni.

10) Infuso di Lavanda (*Lavandula spica*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora, si filtra e si addolcisce con miele. Se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata, per 8 giorni.

11) Miscela: Fiori di Altea (*Althea officinalis*) gr. 10, Menta (*Mentha piperita*) gr. 10 e gr. 10 di sommità fiorite di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*). Si versa tutta la miscela in un litro d'acqua bollente con 3 cucchiaini di miele. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora, si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata, per 8 giorni.

12) Infuso di Ipecacuana (*Cephaelis Ipecacuanha*). Habitat: Perù, Brasile e Columbia. Si prepara con 5 grammi di radice in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazze al giorno, per 6 giorni.

LASSATIVI

Preparati, o sostanze, che producono scariche intestinali.

1) Infuso di foglie di Avorniello (*Cytisus Labur-*

num); si prepara con 10 grammi in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora, si cola e si beve, al mattino a digiuno.

2) Infuso di polpa di Cassia cava (*Cassia fistula*); si prepara con 5 grammi in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si beve caldo, la sera o al mattino a digiuno.

3) Decotto di frutto di Alkekengi (*Physalis Alkekengi*); si prepara con 50 grammi di frutti secchi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione per 20 minuti. Si fa riposare per mezz'ora e si cola. Se ne beve una tazza al mattino a digiuno o alla sera.

4) Infuso di foglie di Erba Vescicaria (*Colutea Arboroscens*); si prepara con 10 grammi in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione per un quarto d'ora. Si fa riposare per mezz'ora e si filtra. Si beve caldo, alla sera prima di coricarsi.

5) Infuso di foglie di Gaggia (*Rubinia pseudoacacia*); si prepara con 10 grammi in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione per un quarto d'ora e si filtra. Si beve caldo, al mattino o alla sera a digiuno.

6) Infuso di Libertia (*Libertia coerulescens*); si prepara con 5 grammi in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve caldo, alla sera prima di coricarsi.

7) Decotto di frutti o bacche di Sambuco (*Sambucus nigra*); si prepara con 5 grammi in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti e si cola. Si beve caldo, al mattino a digiuno.

8) Decotto di corteccia di Ramno (*Rhamnus purshiana*); si prepara con 5 grammi in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti, si fa riposare 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, alla sera lontano da cena. E' anche lassativa tutta la frutta matura e cotta.

LEUCORREA

Fiori bianchi. Spurgo genitale della donna. E' solitamente indice di anemia o di predisposizione alla got-

ta. E' aggravata quando sia associata a stitichezza. Se lo scolo è profuso, bisognerà farsi delle irrigazioni e curare la causa. Più rimarcabile è la leucorrea che dia sfogo di pus, data da infiammazione acuta per fonorrea, infezioni puerperali o conseguenza di ascessi in altre parti del corpo, ecc.

1) Infuso di foglie di Arcangelica (*Angelica officinalis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

2) Decotto di foglie di Cotogno (*Cydonia vulgaris*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra, aggiungendo al decotto un cucchiaino di acqua ossigenata. Quindi contemporaneamente alla cura interna si fanno irrigazioni due volte alla settimana.

3) Decotto di foglie di Noce (*Juglans regia*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si filtra. Si fanno irrigazioni due volte alla settimana.

4) Decotto di Salice rosso (*Salix purpurea*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si fanno irrigazioni tre volte alla settimana.

5) Infuso di foglie di Mirto (*Myrtus ugni*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si fanno irrigazioni tre volte alla settimana.

6) Decotto di foglie di Patate (*Solanum tuberosum*); si prepara con 20 gr. in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra, si aggiunge un cucchiaino di acqua ossigenata e si fanno irrigazioni due volte alla settimana.

7) Decotto di foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare

un quarto d'ora e si filtra, si aggiunge un cucchiaino di acqua ossigenata e si fanno irrigazioni due volte alla settimana. N.B. Queste irrigazioni rendono preziosi servigi se contemporanee alla cura interna.

8) Infuso di foglie di Matico (*Arthante elongata*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si bevono 3-4 tazzine al giorno, per 15 giorni al mese.

9) Decotto di foglie di Mirto (*Myrtus communis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora, si fa riposare per mezz'ora e si cola. Se ne bevono 5-6 tazzine calde, nel corso della giornata, per 15 giorni.

10) Decotto di corteccia di Monesia (*Chrysophillum glycyphoenum*); si prepara con 10 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora, si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono tre tazzine al giorno, per 10 giorni al mese.

11) Infuso di rizoma di Elonia (*Chamaelirium luteum*); si prepara con 10 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 4-5 tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

12) Infuso di Lamio (*Lamium album*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 3 tazzine al giorno, per 15 giorni al mese.

13) Decotto di Tormentilla (*Potentilla tormentilla*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, per 10 giorni al mese.

LEUCOPLASIA

Infiammazione della lingua, che imbianchisce e si screpola. Può essere causata da sifilide o da abuso di alcool e di tabacco. Precede, a volte, il cancro.

1) Decotto di rizoma di Salsapariglia (*Smilax aspe-*

ra); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono due tazzine al giorno, per 15 giorni al mese.

2) Infuso di rizoma di Aralia (*Aralia racemosa*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora. Si fa riposare qualche minuto e si filtra. Si bevono tre tazzine al giorno, per 10 giorni al mese.

3) Decotto di rizoma di Asclepiade (*Asclepias tuberosa*); si prepara con 10 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono due tazzine al giorno, per 10 giorni al mese.

4) Decotto di rizoma di Echinacea (*Brauneria pallida*); si prepara con 10 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.

5) Decotto di Erraria stellata. Si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata, per 8 giorni al mese.

6) Infuso di corteccia di Sassofrasso (*Sassofras officinalis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si bevono due tazze al giorno, per 10 giorni al mese.

7) Miscela: Foglie di Agave (*Agave americana*) gr. 50, rizoma di Salsapariglia (*Smilax aspera*) gr. 50, Saponaria (*Saponaria officinalis*) gr. 50 e gr. 50 di foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*). Si versa un pizzico della miscela in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione qualche minuto e se ne beve una tazza al mattino a digiuno, per 15 giorni al mese.

LINFATISMO

E' frequente nella prima infanzia. Dà gonfiezza, pallore, espressione stupefatta.

1) Infuso di rizoma di Calamo aromatico (*Acarus calamus*); si prepara con 8 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si zucchera e si dà da bere a cucchiaini in più riprese nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

2) Infuso di fiori di Luppolo (*Humulus lupulus*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si zucchera e si dà da bere a cucchiaini caldi, in più riprese nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.

3) Decotto di radice di Romice (*Rumex crispus*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si zucchera e si dà da bere a cucchiaini caldi, nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.

LIPOMA

Tumore grasso, facile a svilupparsi negli strati adiposi. E' singolo o multiplo. Infuso di radice di Consolida maggiore (*Symphytum officinalis*); si prepara con 50 grammi di radice frantumata in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un'ora. Si cola e se ne bevono 5-6 cucchiaini al giorno. Contemporaneamente si applica sul tumore uno straccio inzuppato dello stesso infuso e si tiene fasciato per tutta la notte, per 10-15 giorni. Se è necessario si ripete la cura.

LIQUORE LUNISOLARE

Energetico generale, anticancerogeno, equilibratore del sistema nervoso, afrodisiaco, ricostituente. Arancio e limone come base. A seconda delle droghe aggiunte si può variare l'effetto per renderlo adatto alle necessità di ciascun individuo.

1) Si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di zucchero rosso, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 10 grammi di Enula (*Inula Helenium*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole 20 gior-

ni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Un bicchierino prima dei pasti è un potente energetico.

2) Energetico antireumatico: si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di zucchero, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 10 grammi di Frassino comune (*Fraxinus excelsior*) e 10 grammi di foglie di Ribes (*Ribes nigrum*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti.

3) Energetico antidiabetico: si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 10 compresse di saccarina, due limoni e due arance con la buccia e tagliati a pezzettini con 10 grammi di Artemisia Cinese (*Artemisia maritima*) e 10 grammi di radice di Bardana (*Arctium lappa*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti principali.

4) Energetico afrodisiaco: si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di zucchero, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 10 grammi di Noce di cola (*Cola acuminata*) e 5 grammi di Damiana (*Turnera aphrodisiaca*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino di tanto in tanto.

5) Altro afrodisiaco: si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di zucchero, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 10 grammi di Ginseng (*Panax quinquefolium*), e 10 grammi di Muira puana (*Acanthea virilis*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino di tanto in tanto.

6) Altro afrodisiaco: si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di zucchero, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 10 grammi di Galanga (*Alpinia officinalis*) e 20 grammi di Angelica (*Angelica silvestris*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti.

7) Energetico anticancerogeno: si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di zucchero, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 20 grammi di Pervinca (*Vinca minor*) e 20 grammi di Celidonia (*Chelidonium maius*), possibilmente fresca. Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino al mattino a digiuno.

8) Altro energetico anticancerogeno: si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di zucchero, due limoni e due arance con la buccia e tagliati a pezzettini con 20 grammi di Cardo santo (*Cnicus benedictus*) e 20 grammi di Pervinca (*Vinca minor*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino al mattino a digiuno.

9) Altro energetico afrodisiaco: si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di zucchero, due limoni e due arance con la buccia e tagliati a pezzettini con 20 grammi di Galanga (*Alpinia officinalis*), e 10 grammi di Ioinbe (*Corynanthe yoimbe*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino al mattino a digiuno.

10) Energetico dell'eterna giovinezza: si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e

500 grammi di zucchero, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 20 grammi di foglie di Ginkgo biloba (*Gink biloba*), 10 grammi di foglie di Frassino comune (*Fraxinus excelsior*) e 15 grammi di Celidonia (*Chelidonium maius*), possibilmente fresca. Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti principali.

LOMBAGGINE

Dolore muscolare. Dà trafitture e senso di crampo che dà spasmo ad ogni piccolo movimento.

1) Per primo occorre fare il seguente cataplasma: si fa bollire un pugno di farina di avena in un poco di vino, così da ottenere una pappetta simile ai cataplasmi di lino che si applica molto calda rinnovando più volte, fino alla scomparsa del male.

2) Contemporaneamente si fa il seguente infuso di Agrimonia (*Agrimonia eupatorium*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente, si lascia in fusione per un quarto d'ora. Si cola e si beve caldo, nel corso della giornata.

3) Vino di noccioli di Nespolo (*Mespilus Germanica*) ben frantumati. Si lascia macerare 10 giorni 20 grammi di noccioli in un litro di ottimo vino bianco secco. Si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino al mattino a digiuno, per 8-10 giorni.

4) Infuso di fiori di Camomilla (*Matricaria Chamomilla*): si prepara con un cucchiaino in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione per mezz'ora e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata, per 8-10 giorni.

5) Decotto di foglie di Castagno d'India (*Aesculus Hippocastanum*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione per 10 minuti, si fa riposare per un quarto d'ora e si filtra. Si beve nel corso della giornata, per 8 giorni. Infine ad un cucchiaino di tintura di Arnica

si aggiunge un cucchiaino di olio d'oliva e si sbatte bene. Si massaggia poi energicamente la regione lombare con questo linimento. Il massaggio va ripetuto ogni giorno sino alla scomparsa del dolore.

LUPUS

Malattia che si manifesta con un nodulo gelatinoso, seguito da altri che lo circondano, formando con esso un'unica superficie e ulcerandosi alla fine. A questo punto i bacilli della tubercolosi penetrano nella piaga. L'infezione parte generalmente dal naso, diffondendosi all'interno della bocca e alle gote, dopo aver distrutte le cartilagini del naso.

1) Si fanno bollire per 10 minuti in un litro d'acqua 30 grammi di foglie di Brucea-antidysenterica. Se ne bevono 2-3 tazzine al giorno e con lo stesso si fanno impacchi sulla parte malata.

2) Decotto di Calendola (*Calendula officinalis*): si prepara con 20 grammi per un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti, si fa riposare e si filtra. Se ne bevono 2-3 tazzine al giorno e con lo stesso si fanno impacchi sulla parte malata.

3) Decotto di Cardo santo (*Cnicus benedictus*): si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora, si fa riposare e si cola. Si lava spesso la parte malata con il suo decotto.

4) Succo di Celidonia fresco (*Chelidonium maius*): si applica sulla parte malata un po' del suo succo, due volte al giorno.

5) Decotto di Equiseto (*Equisetum arvens*): si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti, si fa riposare e si filtra. Se ne bevono due tazzine al giorno e si fanno anche impacchi sulla parte malata.

6) Decotto di Piantaggine (*Plantago lanceolata*): si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, e si fanno impacchi con lo stesso decotto sulla parte.

7) Decotto di Pervinca (*Vinca minor*): si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti, si fa riposare e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno e in più si fanno impacchi sulla parte malata con lo stesso decotto.

MALARIA

Endemia da un Protozoo plasmodio che vive nel sangue dell'uomo (dove distrugge i globuli rossi) e da zanzara Anofèle, con accessi intermittenti di febbre della durata di due ore, alternati a periodi senza febbre: quotidiana, se ricompare tutti i giorni, terzana, un giorno sì ed uno no, e quartana, un giorno sì e 2 no.

1) Decotto di Acetosella (*Axilis acetosella*): si prepara con una manciata di foglie in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti, si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 2-3 tazzine al giorno. Durata della cura: il periodo della febbre.

2) Decotto di gambi di Girasole (*Heliantus annuus*): si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora, si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 5-6 tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

3) Decotto di Borsa pastore (*Capsella bursa pastoris*): si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti, si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 5-6 tazzine al giorno. Durata della cura: senza limiti di tempo.

4) Decotto di Bosso (*Buxus sempervirens*): si prepara con 40 grammi di foglie in un mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti, si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 4-5 tazzine al giorno con qualche goccia di limone e ben zuccherate. Durata della cura: il periodo della febbre.

5) Decotto di Centaurea minore (*Erythraea cen-*

taurum): si prepara con 30 grammi in un mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti, si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 5-6 tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

6) Decotto di foglie di Carciofo (*Cynara scolymus*): si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti, si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 5-6 tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

7) Decotto di corteccia di China (*Cinchona calisaya*): si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti, si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 4-5 tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: il periodo della febbre.

8) Decotto di corteccia di Crespino (*Berberis vulgaris*): si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti, si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 5-6 tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: il periodo della crisi.

9) Decotto di foglie di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*): si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti, si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 5-6 tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

10) Decotto di Genziana (*Gentiana lutea*): si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora, si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 5-6 tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: il periodo della febbre.

11) Decotto di foglie di Agave (*Agave Americana*): si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti, si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata, per 5-6 giorni.

12) Decotto di Parietaria (*Parietaria officinalis*): si

prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 5-6 tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

13) Decotto di Salice nero (*Salix nigra*): si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 4-5 tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: il periodo della febbre.

14) Decotto di Trifoglio fibrino (*Menyanthes trifoliata*): si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti, si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limiti di tempo.

15) Decotto di corteccia di Frassino comune (*Fraxinus excelsior*): si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora, si fa riposare 10 minuti e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: il periodo della febbre.

MAL DI MARE

E mal d'auto, treno, ascensori. E' buona norma evitare di avere lo stomaco completamente vuoto.

1) Prima dell'inizio del viaggio si beve la seguente tisana di Peperone (*Capsicum annuum*): si prepara con un pizzico privo di semi e polverizzato in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti, si fa riposare 5 minuti e si filtra. Si beve caldo. Esso è specifico nel mal di mare.

2) Infuso di Cardo santo (*Cnicus benedictus*): si prepara con 10 grammi in un mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne beve una tazza calda.

3) Infuso di Melissa (*Melissa officinalis*): si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti e si filtra. Si beve ben caldo.

4) Infuso di sommità fiorite di Menta (*Mentha piperita*): si prepara con un pizzico in una tazza d'ac-

qua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti e si filtra. Si beve ben caldo.

5) Infuso di Artemisia Cinese (*Artemisia maritima*): si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti e si filtra. Si beve ben zuccherato e caldo.

MAL DI MONTAGNA

Disturbi dell'organismo in alta quota. Respiro faticoso, battiti cardiaci accelerati, mal di capo, ronzii alle orecchie, nausea e sonnolenza.

1) Infuso di Genepi (*Artemisia glacialis* o *Genepi "Maschio"*): si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti e si filtra. Si beve ben caldo.

2) Infuso di radice di Valeriana (*Valeriana officinalis*): si prepara con 8 grammi in un mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti, si filtra e si beve molto caldo.

3) Infuso di Veronica (*Veronica officinalis*): si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve molto caldo.

MELANCONIA

Spesso la melanconia ha origini ignote allo stesso malato e se ne devono ricercare le cause nel suo fisico. Talvolta però vi è una causa psichica, profonda, e il più delle volte ignota allo stesso soggetto.

1) Vino di noce di Cola (*Cola acuminata*): si mette a macero per 10 giorni 20 grammi di Cola frantumata in un litro di ottimo vino rosso e 100 grammi di zucchero. Si chiude ermeticamente e si lascia macerare. Quindi si filtra e se ne beve un bicchierino prima dei pasti.

2) Vino di China (*Cinchona calisaya*): si mette a macero per 8 giorni 15 gr. di corteccia di China in un litro di vino generoso rosso. Si chiude ermeticamente e si lascia macerare. Si filtra e se ne beve un bicchierino prima dei pasti.

3) Infuso di Passiflora incarnata. Si prepara con un

pizzico della pianta intera in una tazza d'acqua bollente. Si lascia riposare 5 minuti e si filtra. Si beve caldo, prima di coricarsi, per 10 giorni al mese.

4) Infuso di radice di Valeriana (*Valeriana officinalis*): si prepara con 2 grammi in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora, si cola e si beve. Durata della cura: non ha limite di tempo.

5) Infuso di sommità fiorite di Melissa (*Melissa officinalis*): si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia riposare e si filtra. Si beve caldo, 2-3 tazze al giorno. Durata della cura: non ha limite di tempo.

6) Infuso di Cimiciotto (*Ballota nigra*): si prepara con un pizzico della pianta fiorita in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti, si filtra e si beve caldo, 2-3 tazze al giorno. Durata della cura: non ha limiti di tempo.

MENINGITE

Malattia epidemica. Preferisce i giovani, è prodotta dal meningococco ed è trasmissibile per mezzo di tosse e starnuti. Sintomi: febbre, nausea, irrigidimento del collo, strabismo, crampi agli arti, mal di capo violento, convulsioni.

1) Si somministrano minestre di fiocchi d'avena.

2) Infuso di Achillea (*Achillea millefolium*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne dà da bere un cucchiaino ogni mezz'ora. Durata della cura: il periodo della malattia.

3) Infuso di Artemisia Cinese (*Artemisia maritima*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne dà da bere un cucchiaino ogni mezz'ora. Durata della cura: il periodo della malattia.

4) Contemporaneamente si fa il seguente trattamento. Decotto di Assenzio (*Artemisia absinthium*): si prepara con 100 grammi in 3 litri d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'

ora. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Si inzuppa un lenzuolo di decotto e si avvolge il paziente, tenendolo a letto ben coperto ed in un ambiente caldo per 4-5 ore. Durata della cura: fino a completa guarigione.

MENOPAUSA

Età critica. Fine del periodo sessuale femminile. E' il momento più difficile della donna e dev'essere oggetto di cure attente. Il cambiamento di stato dell'utero e delle ovaie può causare uno stato morboso che costringe l'organismo ad uno sforzo.

1) Decotto di foglie di Castagno d'India (*Aesculus Hippocastano*): si prepara con 10 grammi in un mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione per 10 minuti, si fa riposare e si filtra. Se ne bevono 2-3 tazzine al giorno. Durata della cura: secondo lo stato di salute.

2) Decotto di frutti o Coccole di Cipresso (*Cupressus sempervirens*): si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 2-3 tazzine ben caldo, al giorno. Durata della cura: senza limite di tempo.

3) Infuso di fiori di Biancospino (*Crataegus oxyacantha*): si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

4) Infuso di radice di Valeriana (*Valeriana officinalis*): si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: limitato allo stato di salute.

5) Infuso di foglie e rametti di Vischio (*Viscum album*): si prepara con 5 grammi in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a cucchiaini nel corso della giornata. Durata della cura: secondo le condizioni di salute.

6) Infuso di foglie di Vite rossa (*Vitis vinifera*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bol-

lente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

7) Infuso di Passiflora incarnata. Si prepara con un pizzico della pianta intera in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve in due volte mattino e sera. Durata della cura: secondo lo stato di salute.

8) Infuso di sommità fiorite di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*): si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata. Durata della cura: senza limiti di tempo.

9) Miscela composta dalle seguenti erbe: Achillea (*Achillea millefolium*) 50 grammi, Biancospino (*Crataegus oxyacantha*) 50 grammi e 50 grammi di Meliloto (*Melilotus officinalis*). Un pizzico della miscela in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve in due volte ben caldo. Durata della cura: senza limite di tempo.

MENORRAGIA (Vedi alla voce MESTRUAZIONI ABBONDANTI)

MESTRUAZIONI

a) Mestruazioni assenti o amenorrea: 1) Achillea, Borsa pastore, Cardo santo, Ginepro. Il tutto in parti uguali. Si versa un pizzico della miscela in una tazza d'acqua bollente. Si lascia riposare, si cola e la si beve al mattino a digiuno. 2) Consolida maggiore, Pratolina, Origano, Ruta e Verbena. Il tutto in parti uguali. Si versa in una tazza d'acqua bollente un pizzico della miscela. Si lascia riposare, si cola e la si beve al mattino a digiuno.

b) Mestruazioni dolorose o dismenorrea: si mettono gr. 10 di Assenzio selvatico (*Artemisia vulgaris*), gr. 10 di Borsapastore (*Capsella bursa pastoris*) in mezzo litro d'acqua fredda. Si porta a ebollizione, mantenendovela 5 minuti e si cola. Al manifestarsi dei primi dolori se ne beve un bicchiere, molto cal-

do e zuccherato. Occorre proseguire con le stesse dosi per 3 giorni.

c) Mestruazioni in ritardo: 1) Castagna d'India frantumata gr. 5 (*Aesculus Hippocastanum*), sominità fiorite di Issopo (*Hyssopus officinalis*) gr. 5, Assenzio selvatico (*Artemisia vulgaris*) gr. 5 e gr. 5 di Salvia (*Salvia officinalis*). Si versa il tutto in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti, si cola e se ne bevono 3 tazze al giorno, per 8 giorni a cominciare dal 15° giorno del ciclo. 2) Si versa mezzo litro d'acqua bollente su gr. 10 di Assenzio selvatico (*Artemisia vulgaris*). Si lascia in fusione per 10 minuti e si cola. Se ne bevono tre tazze al giorno tra i pasti. 3) Miscela composta di gr. 5 di Calendula (*Calendula officinalis*) e 8 grammi di *Artemisia vulgaris*. Si versano le due erbe in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare 10 minuti e si filtra. Si bevono tre tazze al giorno di quella tisana, per la durata di otto giorni, a cominciare dal 15° giorno del ciclo.

d) Mestruazioni insufficienti: Infuso di Cerfoglio (*Anthriscus Carefolium*): si versa mezzo litro di acqua bollente su gr. 15 di erba fresca. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Se ne bevono per una settimana, 3 tazze al giorno (a partire dal 15° giorno del ciclo, cioè il 15° giorno seguente l'inizio delle ultime mestruazioni).

e) Mestruazioni troppo frequenti. Si prende per una settimana, a partire dal dodicesimo giorno delle ultime mestruazioni, un infuso di foglie di Fragola (*Fragaria vesca*): si versa mezzo litro d'acqua bollente su gr. 15 di foglie, si lascia riposare 5 minuti e si cola. La prima tazza va bevuta dopo la prima colazione e l'altra dopo il pranzo.

f) Mestruazioni troppo abbondanti o menorragia. Può essere data da cattiva posizione dell'utero o da malattia delle ovaie. 1) Decotto di Borsapastore (*Capsella bursa pastoris*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a cucchiaini, durante l'emorragia, a

freddo. Durata della cura: fino a completa guarigione. 2) Decotto di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*); si prepara con 30 grammi in un mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a tazzine in più riprese nel corso della giornata. Durata della cura: senza limiti di tempo. 3) Decotto di Coda di cavallo (*Equisetum arvens*); si prepara con 30 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a piccoli sorsi in più riprese, durante l'emorragia, a freddo. Durata della cura: fino a completa guarigione. 4) Decotto di scorza di Quercia (*Quercus robur*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a cucchiaini nel corso della giornata. Durata della cura: fino a completa guarigione. 5) Decotto di foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*); si prepara con 30 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a cucchiaini nel corso della giornata. Durata della cura: senza limiti. 6) Decotto di Tormentilla (*Potentilla tormentilla*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a cucchiaini nel corso della giornata. Durata della cura: fino a completa guarigione. 7) Decotto di Ortiche (*Urtica dioica*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a cucchiaini durante la giornata. Durata della cura: fino a completa guarigione. 8) Decotto di foglie e rametti di Vischio (*Viscum album*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a cucchiaini nel corso della giornata. Durata della cura: due o tre giorni. 9) Miscela composta dalle seguenti erbe: Achillea (*Achillea millefolium*) 50 grammi,

Borsapastore (*Capsella bursa pastoris*) 50 grammi, Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*) 50 grammi e 50 grammi di Calendola (*Calendula officinalis*). Si versa un pizzico della miscela in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare e si filtra. Si beve in due o tre volte nel corso della giornata. Durata della cura: fino a completa guarigione. 10) Si prepara un decotto di corteccia di Quercia (*Quercus rebus*) 20 grammi e 20 grammi di radice di Consolida maggiore (*Symphytum officinale*): si versa in un litro di acqua fredda, si scalda e si lascia bollire per 10 minuti, quindi si cola. Tre giorni dopo la comparsa delle mestruazioni praticare un lavaggio vaginale con il decotto tiepido. Volendo si può bere lo stesso decotto freddo, il mattino a digiuno. 11) Si beve il decotto di Coda cavallina (*Equisetum arvense*); è efficacissimo per regolarizzare le mestruazioni e per impedire che si trasformino in emorragie. Si infonde a freddo gr. 50 di Equiseto in un litro di acqua, si fa scaldare e si mantiene l'ebollizione 15 minuti. Si lascia riposare 10 minuti e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazze al giorno tra il 15° e il 23° giorno del ciclo.

METEORISMO

Gas nell'intestino. Può anche essere dato da ostruzione intestinale, da paralisi dei muscoli addominali o del diaframma.

1) Infuso di semi di Anice (*Pimpinella anisum*); si prepara con un cucchiaino di semi frantumati in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 2-3 tazze al giorno per 10-15 giorni.

2) Infuso di Aneto (*Anethum graveolens*); si prepara con 10 grammi di radice frantumata in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

3) Infuso di rizoma di Calamo aromatico (*Acorus calamus*); si prepara con 10 grammi in un mezzo

litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata, per 15 giorni di seguito.

4) Infuso di foglie di Basilico (*Ocimum basilicum*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti e si filtra. Si beve a tazzine, nel corso della giornata, per 15 giorni.

5) Infuso di radice di Cariofillata (*Geum urbanum*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 2-3 tazzine al giorno. Durata della cura: senza limite di tempo.

6) Infuso di semi di Prezzemolo (*Petroselinum sativum*); si prepara con 10 grammi di semi frantumati in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 giorni e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, per 15 giorni.

7) Infuso di sommità fiorite di Maggiorana (*Origanum majorana*); si prepara con 5 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

8) Infuso di sommità fiorite di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve caldo, durante i pasti. Durata della cura: senza limite di tempo.

9) Infuso della seguente miscela: Valeriana (*Valeriana officinalis*) 50 grammi, Salvia (*Salvia officinalis*) 50 grammi, Timo (*Thimus vulgaris*) 50 grammi e 30 grammi di Genziana (*Gentiana lutea*). Si prepara con un cucchiaino da tavola della miscela in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nella giornata. Durata della cura: fino alla scomparsa del male.

METRITE

Infiammazione della mucosa interna dell'utero. Può essere causata da gonorrea o da anormalità dall'utero, provocato da un parto, genera emorragie e anemia.

Per guarire il miglior rimedio è di bere tutte le mattine a digiuno una tisana e fare irrigazioni.

1) Infuso di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*); si prepara con una manciata in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti e si filtra. Si beve caldo al mattino a digiuno. Durata della cura: senza limite.

2) Decotto di foglie tritate di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*); si prepara con una manciata un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si filtra. Si fanno irrigazioni in mattinata. Durata della cura: fino a completa guarigione.

3) Decotto di corteccia di Olmo (*Ulmus campestris*); si prepara con una manciata in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si filtra. Si fanno irrigazioni tutti i giorni. Durata della cura: fino a completa guarigione.

4) Decotto di corteccia di Quercia (*Quercus robur*); si prepara con una manciata in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fanno irrigazioni tutte le mattine. Durata della cura: fino a completa guarigione.

5) Infuso di sommità fiorite di Lamio (*Lamium album*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si fanno irrigazioni tutte le mattine. Durata della cura: fino a completa guarigione.

METRORRAGIA

Flusso sanguigno anormale.

1) Decotto di Borsa pastore (*Bursa pastoris*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Si bevono 5-6 cucchiaini nel corso della giornata. Occorre smettere 10 giorni prima del periodo mensile.

2) Decotto di coda di cavallo (*Equisetum arvense*); si prepara con 30 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 5-6

cucchiaini nel corso della giornata. Occorre smettere 8 giorni prima del periodo mensile.

3) Decotto di radice di Erba della vergine (*Aristolochia chilensis*); si prepara con un pizzico di radice in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve in due volte nella giornata. Durata della cura: 10 giorni al mese, lontano dal periodo mensile.

4) Decotto di foglie di Berbero (*Berberis vulgaris*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Occorre smettere 10 giorni prima del periodo mensile.

5) Decotto di foglie di Amamelide (*Hamamelis virginiana*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si filtra. Si bevono due tazzine al giorno per 10 giorni al mese.

6) Decotto di corteccia di Cannella (*Cinnamomum ceylanicum*); si prepara con 5 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono due tazzine al giorno. Occorre smettere 10 giorni prima del periodo mensile.

7) Decotto di Corteccia di Cipresso (*Cupressus sempervirens*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono due tazzine al giorno. Occorre smettere 10 giorni prima del periodo mensile.

8) Decotto di scorza della radice di Rhus aromatica: si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 5-6 cucchiaini nel corso della giornata. Occorre smettere 10 giorni prima del periodo mensile.

9) Decotto di Centinodia (*Polygonum aviculare*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa ripo-

sare mezz'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

10) Decotto di Salicaria (*Sytrum salicaria*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si fa riposare mezz'ora, si filtra e si beve nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

MIALGIA

Una delle forme del reumatismo. Dà rigidità dei muscoli e può esser provocata da tossine, da freddo umido, da eccessivo sforzo. Il "torcicollo" appartiene al gruppo delle mialgie, così i dolori intercostali.

1) Si applichino sulla parte dolente impacchi caldi della seguente miscela: Ginestra (*Cytisus scoparius*) 50 grammi e 50 grammi di farina di Castagno d'India (*Aesculus hippocastanum*). La si avvolge in un sacchetto di garza e si fa bollire in un litro d'acqua per 20 minuti. Si lascia riposare fino a temperatura sopportabile, si strizza e si applica sulla parte. Si fascia e si tiene l'impacco contro il corpo per 4-5 ore.

2) Infuso di Verbena (*Verbena officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: fino a completa guarigione.

3) Infuso di foglie di Ribes (*Ribes nigrum*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve nel corso della giornata, caldo. Durata della cura: fino a completa guarigione.

4) Infuso di Salvia (*Salvia officinalis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve ben caldo, durante la giornata.

5) Infuso di foglie di Spirea olmaria (*Spirea Ulmaria*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

MIASTENIA

Indebolimento progressivo dei muscoli. Si manifesta con grande stanchezza per piccoli sforzi e con il rilassamento delle palpebre e della bocca, che tenderanno a chiudersi, le prime, ed aprirsi, la seconda. La masticazione sarà faticosa e sarà utile bere un cucchiaino di "Lunisolare" così preparato: si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e gr. 500 di zucchero, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con gr. 10 di Vischio (*Viscum album*) e gr. 15 di Basilico (*Ocimum basilicum*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un cucchiaino prima dei pasti.

MIELITE

Infiammazione del midollo spinale, data da intossicazione e infezione. Spesso è postumo di altre malattie. I primi sintomi sono la paralisi degli arti inferiori, del retto, della vescica, dei genitali, seguiti poi da estensione della paralisi alle braccia e al collo, svenimenti, accessi di asma e difficile deglutizione, ecc. Si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di zucchero, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 10 grammi di Vischio (*Viscum album*), 10 grammi di Elicrisio (*Helichrysum italicum*) e 10 grammi di Primula (*Primula officinalis*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti.

MIOPIA

Difetto visivo. Infuso di erba secca di Eufrazia (*Euphrasia officinalis*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente, adoperando recipienti di terra cotta. Si lascia in fusione un'ora e filtrare. Si lavano due o tre volte al giorno gli occhi (a freddo) immergendo pezzuole di lino o garze, da applicarsi sugli occhi durante la notte, fissate con una benda. Durata della cura: senza limite.

MORBILLO

Malattia infettiva epidemica, spesso più grave per gli adulti che per i bambini. Ha un periodo d'incubazione che va dai 7 ai 14 giorni e si manifesta con i sintomi del raffreddore. La febbre, alta nel primo giorno, diminuisce nel secondo. Contemporaneamente si osserva un'eruzione rossa-scura sul palato e, subito dopo, piccole chiazze bianchicce all'interno delle labbra e delle guance. Al quarto giorno placche rilevate, rosse, appaiono sul viso, sul collo, sul petto, con vivo prurito e, a volte, bollicine dure. Dopo due o tre giorni l'eruzione si retrae, la pelle si scaglia e cade. Durante il decorso del morbillo il malato ha tosse, raucedine, arrossamento degli occhi e, qualche volta, bronco polmonite. Infuso di Achillea (*Achillea millefolium*) che si potrà prendere per via orale o per via osmotica. Si prepara con 100 grammi di sommità fiorite di Achillea in tre litri d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne adopera una tazza che sarà somministrata al paziente ben zuccherata ed in dose di un cucchiaino ogni mezz'ora. Poi, inzuppato un lenzuolo nella parte rimanente, si avvolgerà il bambino, tenuto a letto, ben coperto ed in ambiente molto caldo. Questo trattamento dovrà durare 4-5 ore. Al termine il bambino sarà completamente sfebbrato. Questo trattamento è valido anche per gli adulti.

MORBO DI ADDISON

Pigmentazione della pelle di color grigio-bruno, causata da malattia della capsula surrenale. Liquore Lunisolare: si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 400 grammi di miele, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 10 grammi di sommità fiorite di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*) e 10 grammi di Passiflora incarnata. Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino al mattino prima della colazione. Durata della cura: fino a completa guarigione.

MORBO DI BARLOW

Scorbuto infantile, per carenza di vitamina C. Si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 20° e mezzo chilo di miele genuino, due arance e due limoni con la buccia, tagliati a pezzettini con 20 grammi di Elicrisio (*Helichrysum italicum*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni, poi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un cucchiaino prima dei pasti.

MORSICATURE DI INSETTI

1) Infuso di foglie di Acanto (*Acanthus mollis*); si prepara con una manciata in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si mettono compresse sulla parte, in più riprese nel corso della giornata e ben calde.

2) Infuso di Piantaggine (*Plantago lanceolata*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Quindi si fanno ripetutamente compresse calde sulla parte.

3) Infuso di foglie e fiori di Piretro (*Anacyclus pyrethrum*); si prepara con una manciata in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si fanno impacchi 5-6 volte al giorno sulla parte offesa.

NEFRITE

Malattia del rene. Provoca uremia, scarsa urinazione con albumina e sangue.

1) Decotto di pelo di pannocchia di Granoturco (*Zea mays*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione per 10 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

2) Decotto di Parietaria (*Parietaria officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare qualche minuto e si cola. Si beve a tazzine ben caldo, zuccherato e aromatizzato con qualche

goccia di limone, nel corso della giornata. Durata della cura: fino a guarigione completa.

3) Decotto di Piantaggine d'acqua (*Alisma plantago*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni.

4) Decotto di Ginepro (*Juniperus communis*); si prepara con 15 grammi di bacche in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve molto caldo, nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

5) Decotto della pianta intera di Grindelia (*Grindelia robusta*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine.

6) Decotto della pianta intera di Adonide (*Adonis vernalis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare 5 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 8 giorni di seguito.

7) Decotto di rizoma di Pungitopo (*Ructus aculeatus*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare 5 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni di seguito.

8) Decotto di frutti secchi di Alchechengi (*Physalis alchechengi*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare qualche minuto e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni di seguito.

9) Decotto di sommità fiorite di Borragine (*Borrago officinalis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si cola. Si beve caldo, nel corso della giornata. Durata della cura: fino a completa guarigione.

10) Infuso di radice di Consolida maggiore

(*Symphytum officinalis*); si prepara con 25 grammi di radice frantumata in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra; si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite. N.B. Non adoperare recipienti di ferro o di alluminio.

11) Infuso della pianta intera di Bublossa (*Anchsa officinalis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

12) Infuso di sommità fiorite di Verga d'oro (*Solidago virga aurea*); si prepara con 30 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

13) Decotto di foglie di Uva Ursina (*Arctostaphylos officinalis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni di seguito.

NEFROSI

Affezione degenerativa dell'apparato renale. I sintomi sono edema e albuminuria. Dieta di latte, succhi di frutta e diuretici.

1) Succo di frutto di Pomodoro (*Solanum Lycopersicum*): se ne beve un bicchiere al giorno, a piccoli sorsi, nel corso della giornata. Durata della cura: fino a completa guarigione.

2) Succo fresco di Melo (*Pyrus Malus*): se ne beve un bicchiere al giorno, per 15 giorni di seguito.

3) Infuso della pianta intera di Fragola (*Fragaria vesca*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Si fa riposare 5 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

4) Decotto di Piantaggine (*Plantago lanceolata*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bol-

lente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve nel corso della giornata. Durata della cura: fino a completa guarigione.

5) Infuso della pianta intera di Malva (*Malva Sylvestris*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata, per 15 giorni.

NEURALGIA

Disturbo assai comune in inverno, dolorosissimo, talvolta continuo. Gli attacchi sono improvvisi, violentissimi in principio, ordinati secondo ritmo costante e localizzato a una metà del corpo.

1) Infuso di sommità fiorite di Salvia (*Salvia officinalis*): si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si filtra. Si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 10 giorni.

2) Infuso di foglie di Ribes (*Ribes nigrum*): si prepara con 25 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Si fa riposare 5 minuti e si filtra. Si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 10 giorni.

3) Infuso di sommità fiorite di Camomilla (*Matricaria chamomilla*): si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve molto caldo, nel corso della giornata per 10 giorni.

4) Infuso di foglie di Frassino (*Fraxinus excelsior*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve molto caldo, nel corso della giornata per 10 giorni.

5) Infuso di foglie di Verbena (*Verbena officinalis*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve caldo, nel corso della giornata, per 10 giorni.

6) Infuso di sommità fiorite di Lavanda (*Lavandu-*

la spica): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 10 giorni.

7) Infuso di fiori di Primula odorosa (*Primula officinalis*): si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 10 giorni.

8) Infuso di pianta intera di Margheritina (*Bellis perennis*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 10 giorni.

9) Contemporaneamente alla cura interna si fanno impacchi con: Verbescio (*Verbascum thapsus*) 50 grammi di foglie e 50 grammi di Verbena (*Verbena officinalis*). Si avvolge il tutto in un sacchetto di garza. Si fa bollire in un litro e mezzo d'acqua per 20 minuti. Si lascia riposare fino a temperatura sopportabile, si strizza e si applica sulla parte dolente. Si fascia e si tiene aderente al corpo per tutta la notte. Durata della cura: fino a completa guarigione.

NEURALGIA DEL TRIGEMINO

1) Infuso di sommità fiorite di Camomilla (*Camomilla vulgare*): si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 10 giorni.

2) Infuso di foglie di Verbena (*Verbena officinalis*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e colare. Si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 8 giorni.

3) Decotto di Sedano (*Apium Graveolens*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti, si fa riposare 10 minuti e si cola. Si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 8 giorni.

4) Decotto di sommità fiorite di Origano (*Origa-*

num vulgare); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare 10 minuti e si cola. Si fanno impacchi locali ben caldi. Durata della cura: fino a completa guarigione.

NEVRASTENIA

Nevrosi. E' causa di poca resistenza al lavoro mentale, difficoltà di concentrazione, stanchezza fisica e, per lo più, senso di compressione del capo. Il nevrastenico è irritabile, facile alla commozione, spesso taciturno o troppo ciarliero.

1) Infuso di fiori di Biancospino (*Crataegus oxyacantha*): si prepara con una manciata in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in due volte al mattino a digiuno e alla sera prima di coricarsi.

2) Infuso di fiori di Camomilla (*Matricaria chamomilla*): si prepara con un cucchiaino in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione per 10 minuti e si cola. Si beve in due volte mattino e sera.

3) Infuso di sommità fiorite di Marrobbio (*Marrubium vulgare*): si prepara con una manciata in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in due volte mattino e sera, ben zuccherato.

4) Infuso di Melissa (*Melissa officinalis*): si prepara con una manciata in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e colare. Si beve in due volte, mattino e sera.

5) Infuso della pianta intera di Passiflora (*Passiflora coerula*): si prepara con una manciata in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Si filtra e si beve in due volte, mattino e sera.

6) Infuso di foglie di Cola (*Erythroxylon coca*); si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in due volte mattino e sera. Durata della cura: senza limite di tempo per tutti gli infusi.

NEVRITE

Infiammazione dei nervi. Può limitarsi ad un solo ner-

vo o estendersi a molti. A seconda del nervo e del gruppo di nervi colpiti, si avrà perdita del movimento o di altra facoltà. La nevrite colpisce di preferenza le braccia e le gambe.

1) Decotto di radice di Angelica (*Angelica silvestris*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono due o tre tazzine al giorno. Durata della cura: senza limite di tempo.

2) Infuso di foglie di Ruta (*Ruta graveolens*): si prepara con un grammo di foglie fresche in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti. Si cola e si beve in due volte mattino e sera, per 10 giorni.

3) Infuso di radice di Cariofillata (*Geum urbanum*): si prepara con 30 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono 2-3 tazzine al giorno, per 15 giorni.

4) Pasta di Aglio (*Allium Sativum*): si prepara con una parte di spicchi ben pestati e due parti di olio canforato. Si amalgama bene il tutto, quindi si friziona con vigore l'arto interessato.

NOMA

Cancro della bocca. La malattia è dovuta a microrganismi e alligna spesso nei diabetici adulti. Si inizia con un'ulcera all'interno della guancia, indolore e rimane ignorata nei bambini sinché non si manifesta con un terribile fetore. Si può salvare il malato con il Liquore Lunisolare. Si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di miele (se il malato è diabetico sostituire al miele 10 compresse di saccarina), due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 20 grammi di Celidonia fresca (*Chelidonium maius*) e 20 grammi di foglie di Pervinca (*Vinca minor*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Dose per bambini: un cucchiaino prima dei pasti. Adulti: un bicchierino.

OBESITA'

Accumulo di grasso. E' data per lo più da eccessiva ingestione di grassi, ma anche da cattiva funzionalità dell'organismo. Negli uomini l'obesità è data spesso da abuso di alcoolici (specialmente birra). Nei giovani l'obesità denuncia irregolare funzionalità delle ghiandole a secrezione interna e deve essere curata subito e a fondo, specialmente nelle fanciulle puberi. Prima norma per ridurre l'obesità è quella di limitare al minimo gli amidacei e gli zuccheri e regolare la quantità di alimenti allo stretto necessario, eliminando cibi stimolanti, farinacei, pere, mele, uva. Si beva pure se si ha sete, poiché la convinzione che i liquidi ingrassino è errata. Si limiti l'uso del pane.

Una buona cura vegetale, porterà il soggetto ad una diminuzione di peso, con maggior scioltezza di movimento.

1) Infuso di rizoma di Gramigna (*Agropyrum repens*): si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

2) Infuso di foglie di Betulla (*Betula alba*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

3) Infuso di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 15 minuti e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, per 15 giorni al mese.

4) Infuso di sommità fiorite di Borragine (*Borragio officinalis*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

5) Infuso di peduncoli di Ciliegio (*Prunus cerasus*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve in due volte nella giornata, per 15 giorni al mese.

6) Infuso di sommità fiorite di Marobio (*Marubium vulgare*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

7) Decotto di foglie di Carciofo (*Cynara scolymus*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

8) Decotto di radice di Cicoria (*Cichorium intybus*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

9) Infuso di foglie di Frassino (*Fraxinus excelsior*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

10) Decotto di stocchi di Granoturco (*Zea mays*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

11) Infuso di sommità fiorite di Spirea olmaria (*Spirea ulmaria*): si prepara con 25 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

12) Decotto di seconda corteccia di rami di Olmo (*Ulmus campestris*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

13) Infuso di foglie di sommità fiorite di Polio (*Teucrium Polium*): si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

14) Decotto di tuberi di Rapa (*Brassica Rapa*): si prepara con 25 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si cola. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

OCCHIO CONTUSO

1) Infuso di fiori di Altea (*Althea officinalis*): si prepara con un pizzico in un bicchiere d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi freddi più volte al giorno.

2) Decotto di semi di Cotogno (*Cydonia vulgaris*): si prepara con una presa in un bicchiere d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi freddi più volte al giorno.

3) Infuso di foglie e fiori di Malva (*Malva rotundifolia*): si prepara con una presa in un bicchiere d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi freddi più volte al giorno. Dopo 10-12 ore si facciano impacchi tiepidi con:

4) Infuso di sommità fiorite di Meliloto (*Melilotus officinalis*): si prepara con una manciata in un bicchiere d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Quindi si fanno impacchi tiepidi.

5) Infuso di sommità fiorite di Eufrasia (*Euphrasia officinalis*): si prepara con un pizzico in un bicchiere d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi.

6) Infuso di sommità fiorite di Serpillo (*Thymus serpyllus*): si prepara con un pizzico in un bicchiere d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi.

OCCLUSIONE

Chiusura. Può avvenire, con più o meno gravi conseguenze, in ogni dotto dell'organismo. Più frequente è quella intestinale, che si verifica nei lattanti per introduzione di un tratto di intestino in qualche parte

adiacente e negli adulti per aderenza dell'intestino con l'addome e per cancro. Si somministrano minestre di farina di avena, latte acido o siero di latte, insalata con succo di limone, passato di carote, prugne cotte e miele. Il Liquore Lunisolare può essere propizio: si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25°, due arance e due limoni tagliati a pezzettini e 500 grammi di miele, con 100 grammi di prugne secche e 20 grammi di Enula (*Inula helenium*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti.

ODONTALGIA

Mal di denti, da qualunque causa.

- 1) Decotto di scorza di Quercia (*Quercus robur*): si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Ci si sciacqua la bocca 3-4 volte al giorno.
- 2) Decotto di foglie di Platano (*Platanus orientalis*): si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Ci si sciacqua la bocca 3-4 volte nella giornata.
- 3) Decotto di radice di Altea (*Althea officinalis*): si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Ci si sciacqua la bocca più volte al giorno.
- 4) Decotto di Anserina (*Potentilla anserina*): si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Ci si sciacqua la bocca più volte nel corso della giornata.
- 5) Decotto di foglie di Edera (*Hedera Helix*): si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Ci si sciacqua la bocca più volte nella giornata.

6) Decotto di Erba storna (*Thlaspa arvenis*): si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Ci si sciacqua la bocca più volte nella giornata.

7) Decotto di fiori e foglie di Malva (*Malva sylvestris*): si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Ci si sciacqua la bocca 3 o 4 volte nella giornata.

8) Decotto di foglie di Salvia (*Salvia officinalis*): si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare mezz'ora e si filtra. Ci si sciacqua la bocca 4-5 volte nel corso della giornata.

9) Decotto di sommità fiorite di Timo (*Thimus vulgaris*): si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Ci si sciacqua la bocca sovente nel corso della giornata.

10) Decotto di rizoma di Tormentilla (*Potentilla erecta*): si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Ci si sciacqua la bocca più volte nel corso della giornata.

11) Decotto di foglie di Castagno d'India (*Aesculus Hippocastanum*): si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione per un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Ci si sciacqua la bocca più volte nella giornata.

OFTALMIA

Infiammazione dell'occhio.

1) Decotto di sommità fiorite di Fiordaliso (*Centaurea gyanus*): si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi sull'occhio infiammato.

2) Infuso di Cerfoglio (*Anthriscus cerefolium*): si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si fanno

impacchi tiepidi sull'occhio infiammato.

3) Infuso di sommità fiorite di Eufrasia (*Euphrasia officinalis*): si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi sull'occhio infiammato.

4) Decotto di foglie di Lattuga (*Lactuca sativa*): si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare un quarto d'ora e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi sull'occhio infiammato.

5) Decotto di foglie di Noce (*Juglas regia*): si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare 20 minuti e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi sull'occhio infiammato.

6) Decotto di Tuberi di Scordia (*Orchis latifolia*): si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi sull'occhio infiammato.

7) Infuso di rizoma di Cariofillata (*Geum urbanum*): si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi sull'occhio infiammato.

8) Decotto di foglie di Cipresso (*Cupressus sempervirens*): si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si filtra. Si fanno riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi sull'occhio infiammato.

9) Infuso di petali di Rosa Canina (*Rosa canina*): si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e filtrare. Si fanno impacchi tiepidi sull'occhio infiammato. Contemporaneamente alla cura esterna fare la seguente cura interna: decotto di foglie di Cicoria (*Cichorium inthbus*): si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si cola. Se ne beve un bicchiere al mattino a digiuno, per 15 giorni.

ORCHITE

Infiammazione dei testicoli, acuta o cronica. Può essere data da trauma, ma è più grave se causata da infezione del sangue. Spesso è postumo degli orecchioni. Si manifesta con gonfiezza e durezza del testicolo, che è dolentissimo e con febbre. Nell'orchite cronica è facile risalire ad una causa sifilitica. Si avrà allora l'ulcerazione del testicolo, seguita da atrofia e conseguente sterilità.

1) Decotto di stimmi di Granoturco (*Zea mays*): si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazze al giorno.

2) Decotto di foglie di Cicoria (*Cichorium intybus*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazze al giorno.

3) Miscela composta: Salsapariglia 10 grammi, 10 grammi di foglie di Noce (*Juglas regia*), 10 grammi di foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*) e 10 grammi di foglie di Bosso (*Buxus sempervirens*). Si versa tutta la miscela in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si zucchera, se ne bevono 2-3 tazzine al giorno per 20 giorni di seguito.

4) Decotto: foglie di Aconito (*Aconitum napellus*) velenosissimo; si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi sui testicoli, due volte al giorno.

5) Decotto di radice di Fitolacca (*Phitolacca decandra*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora, si fa riposare 20 minuti e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi sui testicoli più volte nella giornata.

6) Decotto della pianta intera di Pulsatilla (*Anemone pulsatilla*); velenosa; si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebolli-

zione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi sui testicoli.

7) Olio di Giusquiamo (*Hyoscyamus niger*) velenosissimo. Si mettono a macerare per 8 giorni 15 grammi di foglie polverizzate in 100 grammi di olio di oliva. Quindi si filtra attraverso un pannolino e si unge la parte due volte al giorno.

8) Infuso di Agrimonia (*Agrimonia eupatoria*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si fanno impacchi 3-4 volte nella giornata.

9) Decotto della pianta intera di Farfaro (*Tussilago farfaro*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi 3-4 volte nella giornata.

10) Decotto di Radice di Robbia (*Rubia tinctorum*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 2-3 tazzine al giorno.

ORECCHIONI

Parotite epidemica. Frequente in primavera e inverno fra i ragazzi dai 5 ai 15 anni, con preferenza per i maschi. Si osservi una dieta a base di latticini e passati di lenticchie. Le lenticchie contengono vitamine C, B1, B2, PP, A, K, E.

1) Cataplasma di farina di semi di Lenticchie (*Ervum lent*); si prepara con 50 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione fino a che non sia evaporata l'acqua. Quindi si applica a mo' di cataplasma sulla parte malata, rinnovandolo fino alla scomparsa del male.

2) Decotto di Calcatreppolo (*Eryngium campestre*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, in 3 volte nella giornata, per 10 giorni.

3) Decotto di semi di Finocchio (*Foeniculum officinalis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'ac-

qua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi a freddo sulla parte più volte nella giornata.

4) Infuso di foglie di Frassino (*Fraxinus Excelsior*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine calde, nel corso della giornata per 8 giorni.

5) Infuso di rizoma di Licopodio (*Lycopodium clavatum*); si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi sulla parte malata.

6) Decotto di semi di Lupino (*Lupinus albus*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi locali e caldi, fino a completa guarigione.

7) Decotto di stimmi di Granoturco (*Zea mays*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si filtra. Si fanno impacchi caldi localmente. Durata della cura: fino a completa guarigione.

8) Infuso di Piantaggine (*Plantago lanceolata*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si fanno impacchi caldi, localmente, per 10 giorni.

9) Decotto di foglie di Tasso Barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fanno riposare 20 minuti e si filtra. Si fanno impacchi caldi, localmente, per 10 giorni.

10) Infuso di radice di Consolida maggiore (*Symphytum officinale*); si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi, localmente, per 8 giorni. N.B.: Non adoperare recipienti di ferro o alluminio.

ORTICARIA

Eruzione cutanea, a placche, biancastra, pruriginosa. Se il paziente si gratta, l'eruzione si propaga più rapi-

damente. In generale l'orticaria è data da cattiva digestione, cioè da irritazione della mucosa gastrica e intestinale, per ingestione di cibi inadatti. Evitare ingestione di funghi, carni conservate, e scatolame in genere. Si osservi una dieta ricca di frutta e verdura fresca, latticini e passati di lenticchie.

1) Infuso di Centaurea minore (*Erythraea centaurum*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine, caldo, nel corso della giornata. Durata della cura: fino alla guarigione.

2) Infuso di rizoma di Saponaria (*Saponaria officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Da prendersi tre volte al giorno, dopo i pasti, a bicchieri, per 15 giorni al mese.

3) Infuso della pianta intera di Parietaria (*Parietaria officinalis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve in tre volte al giorno, dopo i pasti, a bicchieri, per 15 giorni al mese.

4) Infuso di Piantaggine (*Plantago lanceolata*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve in tre volte al giorno, dopo i pasti, a bicchieri, fino a completa guarigione.

5) Infuso di Vulneraria (*Anthyllis vulneraria*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve in tre volte al giorno, dopo i pasti, a bicchieri, per 15 giorni al mese.

6) Infuso di foglie e fiori di Malva (*Malva rotundifolia*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve in tre volte al giorno, dopo i pasti, a bicchieri, per 15 giorni al mese.

7) Infuso di fiori di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 5 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra per pannolino. Si beve in tre volte al giorno, dopo i pasti, a bicchieri, per 15 giorni al mese.

8) Infuso di sommità fiorite di Borrago (*Borrago officinalis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve in tre volte al giorno, dopo i pasti, a bicchieri, per 15 giorni al mese.

OSSALURIA

Orina torbida per sedimento di ossalato di calcio. Dolori ai lombi. Bisogna escludere dall'alimentazione i pomodori verdi, gli spinaci, e gli asparagi.

1) Decotto di radice di Canna di Palude (*Arundo phragmites*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si cola. Si beve caldo, a tazzine nel corso della giornata, per 10-15 giorni al mese.

2) Infuso di frutti secchi di Alchechengi (*Physalis alkekengi*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

3) Infuso di Spacca pietra (*Ceterach officinalis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve caldo, a tazzine, nel corso della giornata, per 15 giorni.

4) Decotto di coda di Cavallo (*Equisetum arvens*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

5) Infuso di foglie fresche di Finocchio (*Foeniculum officinalis*); si prepara con una manciata in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola; si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

6) Infuso di bacche frantumate di Ginepro (*Juniperus communis*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

7) Decotto di stimmi di Granoturco (*Zea mays*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10-15 giorni.

8) Decotto di Corteccia di Sambuco (*Sambucus nigra*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni.

9) Decotto di Piantaggine (*Plantago lanceolata*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limiti di tempo.

OSSIURI

Vermicelli bianchicci, mobili, che si alloggiano nel retto e nell'ano e che provocano prurito, sonnolenza e deperimento. Si osservi una dieta di frutta e verdura: cavoli e aglio cotto e crudo.

1) Clisteri giornalieri di Assenzio; si prepara con 10 grammi di sommità fiorite in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare mezz'ora e si filtra. Quindi si fa una peretta.

2) Decotto di Corallina di Corsica (*Gicartina helminthocorton* - *Corallina officinalis*); si prepara in polvere: dose di grammi da 1 a 2 per bambini sino a tre anni di età; grammi da 2 a 5 per bambini dai cinque in sù. Poi si fa il decotto di acqua o latte. Si dà da bere a cucchiai a più riprese nel corso della giornata, per 5-10 giorni al mese.

3) Infuso di sommità fiorite e foglie di Tanaceto (*Tanacetum vulgare*); si prepara con 4 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a cucchiai più volte al giorno.

OSTEITE

Infiammazione delle ossa. Può essere data da tuberco-

losi ossea, ma anche da febbre tifoide o sifilide. Nella "osteite deformante" si hanno deformazioni permanenti.

1) Infuso di Trigonella (*Foenum graecum*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nella giornata, per 10 giorni al mese.

2) Decotto di radice di Robbia (*Rubia tinctoria*); si prepara con 8 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si filtra. Si beve in tre volte nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.

3) Infuso di sommità fiorite di Elicriso (*Helichrysum italicum*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve in 3 volte nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

4) Il Liquore Lunisolare è da preferirsi. Si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di miele, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 10 grammi di Elicriso (*Helichrysum italicum*), 10 grammi di Robbia (*Rubia tinctoria*) e 10 grammi di Trigonella (*Foenum graecum*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare e si beve un bicchierino prima dei pasti.

OSTEO-ARTRITE

Infiammazione dell'osso e dell'articolazione, propria dell'età media o avanzata. Produce erosione della cartilagine e il denudarsi del sottostante osso. Da ciò possono derivare infinite complicazioni, fra cui la distorsione dell'articolazione. Si manifesta con dolore progressivo, prima intermittente, poi continuo. Segue difficoltà di movimento, infine la deformazione. Si osservi una dieta ricca di frutta e verdura, evitando cibi conservati, carni e pesci grassi, funghi, alcool, caffè e tè.

1) Infuso di foglie di Frassino comune (*Fraxinus excelsior*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro

d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

2) Decotto della pianta intera di Coda di volpe (*Erigeron canadensis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

3) Infuso di Spirea olmaria (*Spirea ulmaria*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.

4) Decotto di corteccia di Salice bianco (*Salix alba*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

5) Infuso di grappa: si mette a macero per 8 giorni in un litro di grappa a 25° 10 grammi di sommità fiorite di Lavanda (*Lavandula spica*), 10 grammi di Maggiorana (*Origanum majorana*), 10 grammi di sommità fiorite di Rosmarino (*Rosmarino officinalis*) e 10 grammi di foglie di Ribes (*Ribes nigrum*). Si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti principali. Durata della cura: senza limite.

6) Liquore Lunisolare. Si mette in un barattolo di vetro un litro di grappa di ottima qualità a 25° e 500 grammi di zucchero, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 10 grammi di foglie di Frassino comune (*Fraxinus excelsior*), 10 grammi di sommità fiorite di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*) e 10 grammi di foglie di Ribes nero (*Ribes nigrum*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Poi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti principali. Durata della cura: senza limite di tempo.

7) Altro liquore Lunisolare. Si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di ottimo miele, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 10 grammi di sommità fiorite di Maggiorana (*Origanum majorana*), 10 grammi di fiori di Luppolo (*Humulus lupulus*) e 10 grammi di foglie di Verbena (*Verbena officinalis*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Poi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino al mattino a digiuno. Di tanto in tanto occorre smettere per qualche giorno.

OSTEOMIELEITE

Infiammazione dell'osso, comprendente il midollo. E' dovuta a stafilococco, che comincia con l'erosione le estremità dell'osso, introducendosi nel midollo e propagando l'infezione a tutto l'organismo. Può essere mortale. Si manifesta con dolore acuto. Più avanti febbre alta, malessere e aspetto sofferente. Una cura fatta in tempo col liquore Lunisolare può salvare il paziente. Si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 20° e 500 grammi di ottimo miele, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 15 grammi di Elicriso (*Helichrysum italicum*) e 15 grammi di Trigonella (*Foeniculum graecum*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Poi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne bevono tre cucchiaini da minestra al giorno, prima dei pasti. Durata della cura: senza limite di tempo.

OTITE

Infiammazione dell'orecchio, che colpisce la parte esterna, media, interna dell'apparato uditivo o l'insieme.

1) Infuso di fiori di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 10 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora. Il liquido va poi filtrato accuratamente per eliminare i peli che rivestono i fiori e che irriterebbe-

ro la gola. Se ne bevono 4-5 tazzine ben calde, nel corso della giornata. Durata della cura: fino a completa guarigione.

2) Olio di Camomilla comune (*Matricaria chamomilla*); si prepara mettendo 20 grammi di fiori di camomilla in 100 grammi di olio di oliva, che si fa scaldare a bagnomaria per circa 2 ore; quindi si filtra attraverso un pannolino e si mette in bottiglia. Si immette nel meato dell'orecchio qualche goccia di quest'olio. Il dolore cessa quasi subito.

3) Olio di succo di Cipolla (*Allium cepa*); si prepara con 20 grammi di succo in 100 grammi di olio di Mandorlo (*Amygdalus communis*), si fa scaldare 10 minuti in un tegame di terra cotta; si filtra attraverso un pannolino e si mette in bottiglia. Instillare nel meato dell'orecchio malato qualche goccia. Il dolore cessa in poco tempo.

OTORREA

Scolo dell'orecchio, per lo più purulento, sieroso o sanguinoso.

1) Decotto di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno lavaggi e impacchi sull'orecchio malato.

2) Decotto di polvere di Aloe (*Aloe soccotrina*); si prepara con una punta di coltello in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno lavaggi e impacchi sull'orecchio malato.

3) Infuso della pianta intera di Ortica rossa (*Lamium purpureum*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si fanno lavaggi e impacchi sull'orecchio malato.

4) Decotto di foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno lavaggi e impacchi sull'orecchio malato.

5) Decotto di petali e foglie di Rosa canina (*Rosa canina*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Poi si praticano lavaggi e impacchi sull'orecchio malato.

6) Decotto di foglie di Melograno (*Punica granatum*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno lavaggi e impacchi sull'orecchio malato.

7) Decotto di foglie di Ellera o Edera (*Hedera helix*); si prepara con 50 grammi di foglie tritate in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si praticano lavaggi e impacchi tiepidi sull'orecchio malato.

OVARITE

Infiammazione della mucosa interna dell'utero.

1) Infuso di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*); si prepara con 5 grammi in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, al mattino a digiuno. Durata della cura: senza limite di tempo.

2) Infuso di sommità fiorite di Lamio bianco (*Lamium album*); si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, al mattino a digiuno, per 15 giorni al mese.

3) Infuso di radice di Altea (*Althea officinalis*); si prepara con 15 grammi di radice frantumata in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

4) Decotto della pianta intera di Borrigo (*Borrigo officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, dopo i pasti. Durata della cura: senza limite di tempo.

5) Infuso della pianta intera di Erba murale (*Parie-*

taria officinalis); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, ben zuccherato e aromatizzato con limone, durante la giornata, per 15 giorni al mese.

6) Infuso di foglie di Erba Luigia (*Lippia citriodora*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

7) Infuso di fiori di Camomilla comune (*Matricaria chamomilla*); si prepara con un cucchiaino in una tazza grande d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve in due volte caldo, dopo i pasti, durata della cura: senza limite di tempo.

8) Decotto di foglie di Platano (*Platanus orientalis*); si prepara con 30 grammi di foglie tritate in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno irrigazioni due volte alla settimana.

OZENA

Affezione della mucosa nasale, a causa della quale l'alito assume un fetore insopportabile. Si può manifestare nella pubertà e colpisce preferibilmente le donne. Dà tosse, sfogo quasi solido dal naso, misto a croste staccatesi dalla mucosa. Parte di questo sfogo viene ingerito dal paziente, che accusa cattiva digestione, disturbi di stomaco. Come cura generale, si consiglia il soggiorno al mare, facendo sovente inalazioni di acqua di mare.

1) Infuso di Tè svizzero (*Veronica officinalis*); si prepara con 10 grammi in un quarto di litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, in tre volte nella giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

2) Infuso di foglie tritate di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Quindi si inspira dal naso e si espelle

dalla bocca, mattino e sera. Durata della cura: fino a completa guarigione.

3) Decotto di foglie di Mirtillo (*Vaccinium myrtillus*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si inspira il liquido dal naso e si espelle dalla bocca, mattino e sera.

4) Decotto di scorza di Quercia (*Quercus robur*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti e si filtra. Si inspira il liquido dal naso e si espelle dalla bocca, mattino e sera.

5) Infuso di Salvia (*Salvia officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si inspira il liquido dal naso e si espelle dalla bocca, mattino e sera.

6) Infuso di Santolina (*Santolina chamaecyparissus*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si inspira il liquido dal naso e si espelle dalla bocca, mattino e sera.

7) Decotto di foglie tritate di Platano (*Platanus orientalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si inspira il decotto dal naso e si espelle dalla bocca, mattino e sera.

8) Decotto di foglie tritate di Rovo (*Rubus fruticosus*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si inspira il liquido dal naso e si espelle dalla bocca, mattino e sera.

9) Infuso di foglie fresche di Geranio capitato (*Pelargonium capitatum*); si prepara con una manciata in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si inspira il liquido dal naso e si espelle dalla bocca, mattino e sera.

PALPITAZIONE

Battito anormale del cuore; superattività cardiaca. Nell'individuo sano si manifesta sotto l'azione della

paura, di una corsa, di cattiva digestione, di ansietà, di fatica. Si osservi una dieta di frutta (succo di mele) e verdura.

1) Infuso di foglie di Aconito (*Aconitum napellus*). Velenosissimo. Si prepara con mezzo grammo in un quarto di acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a cucchiaini caldi, due o tre volte al giorno, per 8 giorni al mese.

2) Infuso di foglie tritate di Arancio (*Citrus aurantium*); si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in due volte mattino e sera, per 15 giorni al mese.

3) Infuso di fiori di Cacto grandifloro (*Cactus grandiflorus*); si prepara con 2 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata, per 10-15 giorni al mese.

4) Infuso di rizoma di Cimifuga (*Cimifuga racemosa*); si prepara con 5 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni.

5) Infuso di foglie di Convallaria (*Convallaria majalis*); si prepara con 2 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a cucchiaini nel corso della giornata, per 10-15 giorni al mese.

6) Infuso di radice di Valeriana (*Valeriana officinalis*); si prepara con 8 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

7) Infuso di fiori di Biancospino (*Crataegus oxyacantha*); si prepara con una manciata in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

8) Infuso di Melissa (*Melissa officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve cal-

do, nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

9) Infuso di sommità fiorite di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

10) Infuso della pianta intera di Centinodia (*Polygonum aviculare*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve caldo, a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

PAPULE

Piccoli gonfiori della pelle, propri della scarlattina, del morbillo, della varicella. Si osservi una dieta di carote, cotte e crude.

1) Decotto di radice di Bardana (*Arctium lappa*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi tiepidi sulle parti infiammate, due o tre volte al giorno, con cotone idrofilo imbibito nel decotto.

2) Decotto di radice e foglie di Altea (*Althea officinalis*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire a fuoco lento 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi tiepidi sulle parti infiammate, due o tre volte al giorno.

3) Decotto di bulbi di Asfodelo o Porraccio (*Aspodelus ramonus*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi tiepidi sulle parti infiammate, due o tre volte al giorno.

4) Infuso di rizoma di Doronico (*Doronicum pardalianches*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi tiepidi sulle parti infiammate, due o tre volte al giorno.

5) Decotto di rizoma di Iride o Giaggiolo (*Iris Germanica*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi tiepidi sulle parti infiammate, due o tre volte al giorno.

6) Infuso di bulbo di Giglio (*Lilium candidum*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi tiepidi sulle parti infiammate, due o tre volte al giorno.

PARALISI

Perdita totale della motilità volontaria.

1) Si osservi una dieta ricca di arance e limoni, frutta e verdura con preferenza ai colori verde pisello, giallo, rosso e olio di fegato di tonno.

2) Il liquore Lunisolare può essere efficace in caso di atrofia. Si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di ottimo miele, due arance e due limoni da sbucciare e tagliati a pezzettini con 10 grammi di Basilico (*Ocimum basilicum*) e 10 grammi di foglie di Lauro (*Laurus nobilis*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Si beve un bicchierino al mattino a digiuno e uno dopo i pasti.

3) Si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di zucchero, due arance e due limoni da sbucciare e tagliati a pezzettini con 10 grammi di Ortica maschia (*Urtica dioica*) e 10 grammi di sommità fiorite di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino al mattino a digiuno.

4) Si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di zucchero di canna, due arance e due limoni da sbucciare e tagliati a

pezzettini con gr. 10 di gemme di Abete (*Abeis pectinata*), 10 grammi di Timo (*Thimus vulgaris*) e un bicchiere di succo di Papaia (*Carica papaya*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino al mattino a digiuno e uno prima dei pasti.

5) Si fa un bagno alla settimana, della durata di un quarto d'ora, di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*). Si prepara facendo bollire 200 grammi di foglie e rametti in 3 litri d'acqua per 20 minuti; quindi si cola e si versa tutto il decotto dentro la vasca da bagno, già preparata con l'abituale quantità d'acqua.

6) Olio di foglie di Giusquiamo (*Hyoscyamus niger*), velenosissimo. Si mettono a macerare per 8 giorni 15 grammi di foglie polverizzate, in 100 grammi di olio di oliva. Si filtra poi attraverso un pannolino e si massaggia vigorosamente tutta la spina dorsale.

PAROMETRITE

Infiammazione del parametrio, massa fibro-cellulare che circonda la parte bassa dell'utero. Segue, di solito, il parto con infezione da lacerazione. Dà inizialmente dolori lievi, ma in seguito può provocare ascessi, ecc.

1) Infuso di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono due o tre tazzine al giorno. Durata della cura: senza limite di tempo.

2) Decotto di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi tiepidi sulla parte infiammata esterna.

3) Decotto di foglie di Eliantemo (*Helianthemum chamaecistus*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi tiepidi sulla parte infiammata.

4) Decotto di foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali.

5) Decotto di Parietaria (*Parietaria officinalis*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali.

PARATIFO

Infiammazione grave diffusa da mosche. Ha un'incubazione di circa dieci giorni e si manifesta improvvisamente con dolori colici, mal di capo, malessere generale. Quando l'attacco è molto grave si hanno anche emorragie nasali, brividi, vomito, dolori lombari. La febbre si può mantenere alta otto, dieci giorni.

1) Si fa un clistere con un cucchiaino di aceto antisettico diluito in mezzo litro d'acqua calda.

2) Si fa uso di Cicoria fresca (*Cichorium intybus*) condita con molto limone e olio d'oliva.

3) Si fa uso di Lattuga fresca (*Lactuca sativa*) condita con molto limone e olio d'oliva.

4) Si consuma minestra di farina di fiocchi di Avena (*Avena sativa*).

5) Infuso di sommità fiorite di Assenzio (*Artemisia absinthium*); si prepara con 5 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a cucchiaini ben caldo, nel corso della giornata, con zucchero e qualche goccia di limone, per 5-6 giorni.

PAROTITE

Infiammazione della parotide. Può essere data da carie dentaria, da febbre infettive o infezioni della bocca.

1) Si osservi una dieta ricca di succo di limone e arance, frutta e verdura. Minestra di farina di Avena.

2) Decotto di Aglio (*Allium sativum*); si prepara con 3-4 spicchi bolliti in mezzo litro di latte per 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola.

Si beve in più riprese nel corso della giornata, per 8 giorni.

3) Decotto di foglie di Platano (*Platanus orientalis*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Ci si lava la bocca con questo decotto 5-6 volte nella giornata.

4) Decotto di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si fanno impacchi ben caldi sulla parte infiammata, in più riprese nella giornata. Durata della cura: fino a completa guarigione.

PATERECCIO

Infezione che provoca una raccolta di pus a un dito della mano. Si manifesta con una leggera macchia rossa. Dolore pungente. Apparirà poi una bolla (gonfiata di pus) che bisognerà far maturare.

1) Cataplasma di farina di Trigonella (*Foenum graecum*); si prepara con 20 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione fino a che sia evaporata l'acqua. Quindi si applica mo' di cataplasma sul dito, rinnovandolo fino a maturazione del pus.

2) Decotto di foglie di Olivo (*Olea Europea*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione mezz'ora. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si fanno impacchi ben caldi sul dito.

3) Decotto di Cipolla (*Allium cepa*). Si taglia in due una cipolla piccola e la si fa bollire in mezzo litro di latte 20 minuti. Si applica calda sul dito.

PAZZIA

1) E' possibile recuperare alcuni soggetti con la cura Omeopatica di: Gelsemio (*Gelsemium sempervirens*) alla 6^a diluizione (eseguire istruzione). Si completa la cura con due bagni alla settimana di Assenzio (*Artemisia absinthium*). Si fanno bollire

150 grammi di sommità fiorite in tre litri di acqua 20 minuti; quindi si cola e si versa tutto il decotto dentro la vasca da bagno, già preparata con l'abituale quantità d'acqua.

2) Il liquore di Lunisolare può essere anch'esso efficace. Si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di ottimo miele, due arance e due limoni da sbucciare e tagliati a pezzettini con mezzo grammo di radice di Mandragora (*Mandragora officinalis*) in polvere e mezzo grammo di Mezereo o fior di Stecco (*Daphne mezereum*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni, quindi si sprema il tutto, si lascia riposare, si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un cucchiaino prima dei pasti principali.

PEDILUVIO

Bagno dei piedi. Non è utile soltanto al piede, ma può migliorare o risolvere fatti organici importanti. Al mattino si immergeranno i piedi 10 minuti in un decotto di Saponaria (*Saponaria officinalis*); si prepara con 15 grammi di rizoma in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Quindi si immergono i piedi. Quando una scarpa difettosa o una lunga marcia hanno fatto venire vesciche sul piede, il pediluvio è più che mai necessario; ma dovrà essere fatto con aceto antisettico (due cucchiaini per un litro e mezzo d'acqua ben calda) per un quarto d'ora. Le congestioni possono venir alleviate da un pediluvio. E' molto efficace un pediluvio di: Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*) 30 grammi di foglie e 5 grammi di semi di Senape bianca (*Sinapis alba*). Si fa bollire in due litri d'acqua un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si immergono i piedi in una bacinella con il decotto ben caldo, per un quarto d'ora. Il pediluvio, come qualsiasi altro bagno, non deve mai esser fatto dopo i pasti, né immediatamente prima.

PELLAGRA

Malattia che si crede provocata da carenza di vitami-

na B, mentre è data da esagerato consumo di farina di semi di Granoturco. Si manifesta lentamente, in primavera; aumenta nella stagione calda e si ritrae in inverno, per riapparire in primavera. Questo alternarsi dei periodi, si aggrava di volta in volta. Il primo segno del male è la debolezza, seguita da bruciori in bocca, disappetenza, inquietudini notturne ecc. Si osservi una dieta ricca di latte intero, frutta e verdura, passati di lenticchie con peperoni. Liquore Lunisolare: si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di zucchero di canna, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 10 grammi di Romice (*Rumex crispus*), 10 grammi di radice di Angelica (*Angelica silvestris*) e 10 grammi di radice di Genziana (*Gentiana lutea*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole 20 giorni. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti.

PERITIFLITE

Infiammazione del cieco (estremità dell'intestino crasso, chiuso a sacco) dal quale si stacca l'appendice. Solitamente è data da accumulo di materia fecale o di parassiti e causa ulcerazione perforante ed ascesso.

1) Decotto della pianta intera di Bistorta (*Poligonum bistorta*); si prepara con 25 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della crisi.

2) Infuso di semi di Lino (*Linum usitatissimum*); si prepara con un cucchiaino in una tazza d'acqua bollente (non fare bollire e non adoperare recipienti di ferro o di alluminio). Si lascia riposare due ore e si cola. Si beve a cucchiaini nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

3) Infuso della pianta intera di Altea (*Althaea officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

4) Decotto di foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a cucchiaini nel corso della crisi.

PESTE BUBBONICA

Terribile infezione diffusa dai ratti nelle stive delle navi e dalle loro pulci trasportata a riva con le merci. L'incubazione dura tre giorni, in capo ai quali la febbre esplode a 39-40°C, accompagnata da vomito, diarrea, mal di capo violento, dolori diffusi, torpidezza mentale. Si noteranno vene sanguigne negli occhi, lineamenti lignei, lingua patinosa. La diarrea e il vomito si faranno più frequenti e la febbre salirà a 41°C; dopo di che la morte.

1) Si pratica immediatamente al paziente un clistere con due cucchiaini di Aceto antisettico diluito in un litro d'acqua calda. Vedere a pagina 14 (Ameba).

2) Si dia da bere continuamente al paziente acqua di riso e limone. Si fanno bollire due pugni di riso in un litro d'acqua per 20 minuti. Quindi si cola in una scodella e si aggiunge all'acqua di riso il succo di un limone.

3) Se il paziente non rifiuta cibo, gli si dà qualche piatto di minestra di fiocchi di Avena.

PIAGA

Qualunque lesione aperta della pelle, ulcera, ferita, vescicazione, ecc.

1) Tintura di foglie di Anagallide (*Anagallis arvensis*); si prepara con 20 grammi a macero per 15 giorni in 500 grammi di alcool a 90° gradi. Si filtra attraverso carta da filtro. Si lava la piaga con la tintura di anagallide diluita: una parte di tintura e tre di acqua. Vi si pone sopra cotone idrofilo od ovatta bagnata nella stessa e si fa una fasciatura. Il secondo giorno si scopre per verificare se la piaga ha iniziato il processo di rimarginazione. Si rimette, se necessario, ovatta bagnata, e si fascia. Così di seguito, fino a completa guarigione.

2) Unguento infallibile nelle piaghe e ulcere varicose. Si prendono foglie fresche di Bardana (*Arctium lappa*). Si pestano e si ricava mezzo bicchiere di succo. Si prende poi mezzo bicchiere di olio di pura oliva. Si amalgama tutto a freddo, agitando con una trentina di palline di piombo in un recipiente di stagno, sino a consistenza di unguento, quindi si applica sulla piaga su di un pezzo di garza, ricoprendo poi con una foglia di Bardana. Si rinnova due volte al giorno, fino a completa guarigione.

3) Decotto della pianta intera di Bella di notte (*Oenothera berteriana*); si prepara con 20 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Con questo liquido si lavano bene le piaghe e si fasciano con garza bagnata nel decotto. Si rinnova due volte al giorno, fino a completa guarigione.

4) Decotto della pianta intera di Betonica (*Betonica officinalis*); si prepara con 50 grammi in mezzo litro di vino rosso bollente. Si lascia bollire un quarto d'ora a fuoco lento. Si lascia riposare mezz'ora e si filtra. Con il decotto si lava la piaga e si applica l'erba a mo' di cataplasma. Si rinnova tutti i giorni fino a completa guarigione.

5) Cataplasma di foglie fresche, ben lavate, di Cicuta rossa (*Geranium robertianum*). Si applicano sulla piaga pestate. Si rinnova due volte al giorno. Si lava la piaga con acqua ossigenata diluita con acqua distillata tiepida.

6) Cataplasma di foglie fresche, ben lavate, di Eller o Edera (*Hedera helix*). Si prendono alcune foglie e si pestano. Si applicano con garza sulla piaga. Si rinnova due volte al giorno, fino a completa guarigione.

7) Decotto di foglie di Girasole (*Heliantus annuus*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Con questo decotto si lavano accuratamente le piaghe e si fascia la parte con garza bagnata nello stesso. Si rinnova due volte al giorno, fino a completa guarigione.

8) Infuso della pianta intera di Millefoglio (*Achillea millefolium*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Con l'acqua dell'infuso si lava la piaga e si fascia con garza inzuppata nello stesso. Va rinnovata due volte al giorno, fino a completa guarigione.

9) Cataplasma di Carota fresca e cruda grattugiata: si applica a mo' di cataplasma sulla piaga.

10) Si prende una foglia fresca di Cavolo (*Brassica oleracea*); si lava accuratamente, eliminando con le forbici le nervature più grosse, spianandole con una bottiglia e si mette a macero per 2 ore in soluzione di acido borico. Quindi si lava accuratamente la piaga con acqua ossigenata, diluita con acqua distillata, vi si applica la foglia e si benda. Si rinnova la medicazione due volte al giorno, fino a completa guarigione.

PIEDE

Il novanta per cento delle sofferenze al piede è provocato dalla forma irrazionale delle scarpe. Le suole più strette del piede, facilissime a trovarsi nelle scarpe femminili e il tacco alto, sono autori di malanni ancora più seri. Il camminare senza poter abbandonare il peso del corpo sul piede, perché questo è dolente e instabile, provoca spostamenti, gonfiezze, abrasioni, vesciche ecc.

1) I piedi. L'uomo e la donna devono tagliare le unghie quadre, mai ovali. Inoltre devono fregare ogni sera il tallone con uno spazzolino per eliminare la pelle morta, che non asportata, diverrebbe un durone.

2) Pediluvio: si prepara con 20 grammi di foglie tritate di Lauro (*Laurus nobilis*). Si lascia bollire in un litro d'acqua per un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si immergono i piedi in questo decotto e si friziona con spazzolino e si massaggia per 10 minuti; quindi si asciuga bene.

3) Decotto di Gemme di Pino (*Pinus silvestris*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollen-

te. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si immergono i piedi in questo decotto e si frizionano con uno spazzolino e si massaggiano per 10 minuti; quindi si asciugano bene.

4) Decotto di petali di Rosa (*Rosa canina*); si prepara con 15 grammi di petali secchi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si versa il decotto in una bacinella e vi si immergono i piedi, che si frizionano vigorosamente con uno spazzolino per 5 minuti. Si lasciano ancora a bagno per un quarto d'ora e poi si asciugano.

5) Decotto di foglie di Noce (*Juglans regia*); si prepara con 20 grammi in un litro e mezzo d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si versa il decotto in una bacinella e vi si immergono i piedi, frizionandoli per 5 minuti con uno spazzolino. Si lasciano ancora a bagno per un quarto d'ora e poi si asciugano.

6) Infuso di foglie e radici di Altea (*Althea officinalis*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si versa l'infuso in una bacinella, vi si immergono i piedi e si frizionano vigorosamente con uno spazzolino per 5 minuti. Si lasciano ancora a bagno per un quarto d'ora e poi si asciugano.

7) Decotto di crusca di Frumento (*Triticum vulgare*); si prepara con 50 grammi in un litro e mezzo d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si versa il decotto in una bacinella e vi si immergono i piedi frizionandoli vigorosamente con uno spazzolino per 5 minuti. Si lasciano ancora a bagno per un quarto d'ora e poi si asciugano.

8) Decotto di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 50 grammi in due litri d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si versa il decotto in una bacinella e vi si immergono i piedi, frizionandoli vigorosamente con uno spazzo-

lino per 5 minuti. Si lasciano ancora a bagno per un quarto d'ora e poi si asciugano.

9) Infuso di foglie d'Arancio (*Citrus aurantium*) 20 grammi e 10 grammi di Camomilla (*Anthemis nobilis*); si versano in un litro e mezzo d'acqua bollente le due erbe. Si lasciano in fusione 20 minuti e si colano. Si versa l'infuso in una bacinella e vi si immergono i piedi, frizionandoli vigorosamente con uno spazzolino per 5 minuti. Si lasciano ancora a bagno per un quarto d'ora e poi si asciugano.

10) Decotto di foglie di Ranuncolo o Botton d'oro (*Ranunculus acris*); si prepara con 30 grammi di foglie fresche in due litri d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si versa il decotto in una bacinella e vi si immergono i piedi, frizionandoli vigorosamente con uno spazzolino per 5 minuti. Si lasciano ancora a bagno per un quarto d'ora e poi si asciugano.

PIELITE

Infiammazione del bacinetto dell'uretere. Dà febbre e urinazione frequente ed è provocata da microrganismi provenienti dall'intestino.

1) Decotto di foglie di Uva ursina (*Arctostaphylos officinalis*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a cucchiaini a più riprese, nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.

2) Decotto della pianta intera di Coda di cavallo (*Equisetum arvense*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a cucchiaini a più riprese, nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.

3) Decotto di radice di Canna di palude (*Arundo phragmites*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si beve a tazzine

nel corso della giornata, lontano dai pasti, per 15 giorni.

4) Decotto della pianta intera di Lamio (*Lamium album*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, lontano dai pasti, per 15 giorni.

5) Decotto della pianta intera di Prezzemolo (*Petroselinum sativum*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a cucchiaini a più riprese, nel corso della giornata, per 15 giorni.

6) Decotto di foglie di Migliarino (*Lithospermum officinalis*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.

7) Decotto di foglie di Polmonaria (*Polmonaria officinalis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si filtra attraverso un pannolino.

PILORO

E' il tratto che unisce lo stomaco al duodeno. E' soggetto a ostruirsi in seguito a spasmo, quando i cibi siano indigeribili o gli acidi dei succhi gastrici troppo forti, ecc.

1) Si osservi una dieta di acqua di Riso e Limone. Si fanno bollire due pugni di Riso (*Oryza sativa*) in un litro d'acqua 20 minuti. Si cola in una scodella e si aggiunge all'acqua di Riso il succo di un Limone. Si beve a cucchiaini in più riprese. Durata della cura: senza limite di tempo.

2) Decotto di radice di Enula (*Inula helenium*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel

corso della giornata, per 10 giorni al mese.

3) Decotto di rizoma di Gramigna (*Agropyrum repens*); si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

4) Infuso di fiori di Camomilla romana (*Anthemis nobilis*); si prepara con una manciata in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

PIONEFROSI

Infiammazione del rene e della pelvi renale. Segue la cistite da calcolo o da ritenzione di urina.

1) Infuso della pianta intera di Stellina (*Asperula odorosa*); si prepara con una manciata in un quarto di litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a cucchiaini durante la giornata, per 8 giorni.

2) Decotto di bacche frantumate di Ginepro (*Juniperus communis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

3) Decotto di sommità fiorite di Brentolo bruno (*Erica vulgaris*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

4) Decotto di foglie di Corbezzolo (*Arbutus unedo*); si prepara con 25 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine durante la giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

5) Decotto di foglie tritate di Platano (*Platanus orientalis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 mi-

nuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve durante la giornata, per 15 giorni al mese.

6) Decotto di Parietaria (*Parietaria officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine durante la giornata, per 10 giorni.

PIORREA ALVEOLARE

1) Si friziona la gengiva con essenza di Bergamotto diluita in acqua distillata calda.

2) Decotto di foglie di Platano (*Platanus orientalis*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Ci si sciacqua la bocca con il decotto 4-5 volte al giorno.

3) Decotto di radice di Crespino (*Berberis vulgaris*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione per un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Ci si sciacqua la bocca 4-5 volte nella giornata.

4) Decotto di foglie di Castagno d'India (*Aesculus hippocastanum*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Ci si sciacqua la bocca 4-5 volte nella giornata.

5) Decotto di foglie di Salvia (*Salvia officinalis*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare per mezz'ora. Ci si sciacqua la bocca 4-5 volte nella giornata.

6) Decotto della pianta intera di Anserina (*Potentilla Anserina*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Ci si sciacqua la bocca 4-5 volte nella giornata.

7) Decotto di sommità fiorite di Achillea (*Achillea millefolium*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare per un quarto d'ora e si cola. Ci si sciacqua la bocca 4-5 volte nella giornata.

PIURIA

Presenza di pus nelle urine, data dal bacillo della tubercolosi o dal gonococco.

- 1) Infuso della pianta intera di Stellina (*Asperula odorosa*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine durante la giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.
- 2) Infuso della pianta intera di Centinodia (*Polygonum aviculare*); si prepara con 30 grammi in un litro di metà acqua e metà vino rosso bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si beve a tazzine durante la giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.
- 3) Decotto di Equiseto (*Equisetum arvense*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Si beve a cucchiaini durante la giornata, per 15 giorni.
- 4) Decotto della pianta intera di Anserina (*Potentilla anserina*); si prepara con 20 grammi in un litro di metà acqua e metà vino rosso bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a tazzine durante la giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.
- 5) Decotto di foglie tritate di Platano (*Platanus orientalis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve caldo, a tazzine durante la giornata, per 15 giorni.
- 6) Decotto di foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*); si prepara con 30 grammi in un litro di metà acqua e metà vino rosso bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si beve caldo, durante la giornata, per 15 giorni.
- 7) Infuso della pianta intera di Margheritina (*Bellis perennis*); si prepara con 30 grammi di pianta fresca in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione per un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine, caldo, durante la giornata, per 15 giorni.
- 8) Infuso della pianta intera di Cimiciotto (*Ballota*

nigra); si prepara con 20 grammi in un litro di metà acqua e metà vino rosso bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nella giornata, per 10 giorni.

9) Infuso della pianta intera di Millefoglio (*Achillea millefolium*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine caldo, nel corso della giornata, per 15 giorni.

PLETORA

Eccesso della massa sanguigna circolante.

1) Si osservi una dieta di Cipolle crude.

2) Infuso della pianta intera di Coclearia (*Cochlearia officinalis*); si prepara con 15 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in infuso un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono due tazzine al giorno, mattino e sera a digiuno, per 15 giorni al mese.

3) Decotto di foglie di Carciofo (*Cynara scolymus*); si prepara con 15 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti, si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve in due volte caldo, mattino e sera, per 15 giorni al mese.

4) Infuso di foglie di Cerfoglio (*Anthriscus cerefolium*); si prepara con una manciata in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, in due volte lontano dei pasti, per 15 giorni al mese.

5) Decotto di sommità fiorite di Reseda (*Reseda luteola*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Si beve in due volte caldo, mattino a digiuno e alla sera, lontano dalla cena.

6) Infuso di fiori di Tiglio (*Tilia vulgaris*); si prepara con 5 grammi in una tazza di tè bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve in due volte caldo, mattino e sera.

7) Infuso di Melissa o Cedronella (*Melissa officina-*

lis); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in due volte caldo, mattino e sera, lontano dai pasti.

PLEURA

Membrana sierosa, spessa, che riveste i polmoni. Traumi, frattura di costole, ferite da taglio, contusioni al torace, possono determinare pleuriti.

- 1) Alimentazione liquida, ma nutriente.
- 2) Nella pleurite essudativa eseguire dei cataplasmi, secondo la ricetta seguente.
- 3) Cataplasma. Si prepara con foglie fresche pestate di Verbena (*Verbena officinalis*) e unite con un cucchiaino di semi di Lino (*Linum usitatissimum*) pestati, un cucchiaino di Camomilla comune (*Matricaria chamomilla*), un pizzico di crusca di Grano e un bianco d'uovo sbattuto a neve. Tutto a freddo. Si mette in un sacchetto di tela e si applica sulla parte. Si mettono sopra al cataplasma alcuni stracci per assorbire il liquido della pleura che fuoriesce dal cataplasma stesso. Ripetere due volte al giorno, finché necessario.
- 4) Decotto di Marrubio o Mentastro (*Marrubium vulgare*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve ben caldo e molto zuccherato. Durata della cura: fino a completa guarigione.
- 5) Decotto di Cardo santo (*Cnicus benedictus*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si filtra attraverso un pannolino. Si beve ben caldo, zuccherato, fino a completa guarigione.
- 6) Decotto di Borrigo (*Borrigo officinalis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata, per 15 minuti.

- 7) Decotto di foglie di Girasole (*Heliantus annus*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve caldo, durante la giornata, per un mese.
- 8) Infuso di fiori e foglie di Farfaro (*Tussilago farfaro*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti e si filtra. Si beve caldo, durante la giornata, per 15 giorni.
- 9) Infuso della pianta intera di Pratolina (*Bellis perennis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata, ben zuccherato.
- 10) Decotto della pianta intera di Verbena (*Verberna officinalis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve caldo e zuccherato, nel corso della giornata.
- 11) Decotto di foglie di Bosso (*Buxus sempervirens*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve caldo, aromatizzato con limone e zuccherato, in tre volte lontano dai pasti.
- 12) Infuso di Edera terrestre (*Clecomea hederacea*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo e zuccherato, fino a completa guarigione.
- 13) Decotto di foglie di Ginepro (*Juniperus communis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve caldo e zuccherato, nel corso della giornata, per 15 giorni.
- 14) Infuso di fiori di Viola Mammola (*Viola odorata*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono tre tazzine lontano dai pasti, ben zuccherato e caldo.

15) Decotto di radice di Enula (*Inula helenium*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve ben zuccherato e caldo, nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

16) Infuso di fiori di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro di acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra attraverso un pannolino fine. Si beve nel corso della giornata, caldo e zuccherato, fino a completa guarigione.

17) Infuso di fiori di Altea (*Althea officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve ben zuccherato e caldo, durante la giornata, fino a completa guarigione.

18) Sciroppo che si aggiungerà a cucchiaini nell'infuso o nel decotto. Sciroppo di Canna di palude o da pertica (*Arundo phragmites*): si tagliano 10 o 20 tratti di canna, aventi ciascuno un estremo chiuso da un nodo e l'altro aperto. Si dispongono in fascio entro un recipiente, con gli estremi aperti verso l'alto. Si riempie, aiutandosi con un imbuto, ciascun tratto di canna con zucchero in polvere. Dopo 5-6 ore lo sciroppo è pronto. Una parte potrà anche essere trasudata dalle stesse canne. Si imbottiglia. (Si può anche bere puro.)

POLINEURITE

Si manifesta con debolezza di alcuni nervi, intorpidimento, insensibilità al tatto, dolore nevralgico. Molte volte l'improvvisa polineurite svela l'abitudine agli alcoolici, tenuta sino allora nascosta dal paziente.

1) Si osservi una dieta ricca di arance e limoni, succo di Papaya, frutta e verdura con preferenza alla Cicoria.

2) Infuso della pianta intera di Verbena (*Verbena officinalis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata

ben caldo, 10 giorni.

3) Infuso di sommità fiorite di Salvia (*Salvia officinalis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione per un quarto d'ora e si filtra. Si beve nel corso della giornata molto caldo, per 10 giorni.

4) Infuso di fiori di Tiglio (*Tilia vulgaris*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine durante la giornata molto caldo, per 10 giorni.

5) Infuso: 50 grammi di Salsapariglia (*Smilax aspera*), 50 grammi di Verbena (*Verbena officinalis*), 50 grammi di Salvia (*Salvia officinalis*) e 50 grammi di Tiglio (*Tilia vulgaris*). Si versa un cucchiaino da tavola della miscela in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve in due volte mattino e sera lontano dai pasti, ben caldo per 15 giorni. Si fa un clistere con un decotto di Salvia.

POLIOENCEFALITE

Infiammazione acuta del cervello che può dare una paralisi parziale. Nei lattanti si manifesta con febbre alta, convulsioni, grida spasmodiche; talvolta torpore, e contrazioni violente di uno o due arti, che rimarranno indeboliti, o spastici, ecc.

1) Si osservi una dieta di farina di Avena.

2) Si faccia subito un clistere con un infuso di Millefoglio (*Achillea millefolium*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. A calore consistente si fa una peretta di mezzo litro di infuso. Si dà da bere il rimanente liquido in dose di un cucchiaino ogni mezz'ora, nelle 24 ore. Dopo 24 ore si fa un bagno di Artemisia della durata di 20 minuti. Si prepara con 200 grammi di Artemisia (*Artemisia vulgaris*) facendola bollire 20 minuti in tre litri d'acqua. Poi si cola e si versa il decotto dentro la vasca da bagno, preparata con l'abituale quantità d'acqua.

3) Infuso di radice e fiori di Primula (*Primula officinalis*); si versano gr. 8 di Primula in un quarto di acqua bollente. Si lascia in fusione per un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della malattia.

4) Infuso di radice e fiori di Lavanda (*Lavandula spica*); si versano gr. 8 di Lavanda in un quarto di acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della malattia.

POLIURIA

Eccessiva urinazione. Il diabetico giunge ad emettere sino a venti litri di urina nelle 24 ore. Il nefritico interstiziale cronico anche di più. L'isterismo, la pleurite umida o la rapida caduta di febbre, danno poliuria.

1) Decotto di rizoma di Tormentilla (*Potentilla tormentilla*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata.

2) Decotto di Cardo santo (*Cnicus benedictus*); si prepara con 20 gr. in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata.

3) Infuso di sommità fiorite di Centaurea minore (*Herpyrhaea centaurum*); si prepara con 30 grammi in un litro di metà acqua e metà vino rosso bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 5-6 tazzine nella giornata, per 15 giorni.

4) Bibita di Miele: si fanno bollire in un litro d'acqua per 10 minuti 5 cucchiaini di miele; si lascia raffreddare e si beve in vece del vino.

5) Infuso di sommità fiorite di Iperico (*Hypericum perforatum*), si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 5-6 tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

6) Infuso della pianta intera di Sanguinaria (*Polygonum aviculare*); si prepara con 30 grammi in un litro di metà acqua e metà vino rosso bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata.

7) Decotto di sommità fiorite di *Dentaria* (*Dentaria enneaphyllos*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione per 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e poi si cola. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni.

POLLUZIONI NOTTURNE

Scariche involontarie di sperma che si verificano nel sonno. Normali se limitate a una volta ogni dieci giorni in media e se non lasciano il soggetto depresso; diventano morbose se sono frequenti e sfiniscono il paziente. Solitamente sono dovute a sogni che, provocando il processo di eiaculazione, risvegliano il paziente.

1) Si evitino alcoolici e birra; si sorvegli affinché la vescica sia svuotata immediatamente prima del sonno e immediatamente dopo il risveglio.

2) Infuso di Erba Canfora (*Chenopodium ambrosioides*); si prepara con un pizzico di sommità fiorite in una tazza d'acqua bollente. Si lasciano in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve alla sera.

3) Decotto di Lattuga (*Lactuca sativa*); si prepara con tre foglie tritate in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve caldo, alla sera prima di coricarsi.

4) Infuso di rizoma di Ninfea (*Nymphaea alba*); si prepara con un pizzico di rizoma frantumato in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, alla sera prima di coricarsi.

5) Infuso di rizoma di Cariofillata (*Geum urbanum*); si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, alla sera prima di coricarsi.

6) Infuso di foglie e rametti di Salice bianco (*Salix alba*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve una tazzina a digiuno e una dopo i pasti principali.

7) Pediluvio della seguente miscela: Enula (*Inula*

helenium) 50 grammi, Bardana foglie (*Arctium lappa*) 50 grammi, Assenzio (*Artemisia absinthium*) 50 grammi, e 50 grammi di pianta intera di Farfaro (*Tussilago farfaro*). Si prepara con una manciata della miscela in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola in una bacinella, dove si immergono i piedi. Si friziona lentamente sotto la pianta del piede per 10 minuti. Si asciuga e si va a letto.

PONFO

La chiazza biancastra, rilevata, d'aspetto vellutato, orlata di una leggera zona rosea, che si manifesta solitamente dopo la puntura di alcuni insetti.

1) Infuso della pianta intera di Borrana (*Borrago officinalis*); si prepara con una manciata in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si filtra. Si beve in tre volte nella giornata.

2) Infuso di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve in tre volte nella giornata, caldo.

3) Infuso di foglie fresche di Celidonia (*Chelidonium maius*); si prepara con una manciata di foglie tritate in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si filtra. Si fanno impacchi sulla parte.

4) Infuso di foglie di Brucea (*Brucea antidysenterica*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi sulla parte.

PORPORA

Qualsiasi forma di emorragia sottocutanea, non proveniente da lesione esterna. Per esempio quelle dello scorbutto, della emofilia, della sifilide congenita dei lattanti, quella dei vecchi. La porpora semplice invade specialmente le gambe ed è formata da piccolissime emorragie, ecc.

1) Si osservi una dieta ricca di Arance e Limoni.

2) Infuso di foglie di Ribes nero (*Ribes nigrum*); si prepara con 20 grammi in un mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si bevono 3-4 tazzine al giorno. Durata della cura: senza limite di tempo.

3) Decotto di foglie e rametti di Vischio (*Viscum album*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Se ne bevono due o tre tazzine al giorno, fino a completa guarigione.

4) Decotto di rizoma di Tormentilla (*Potentilla tormentilla*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

5) Decotto della pianta intera di Borsapastore (*Capsella bursa pastoris*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

6) E' bene consumare sovente insalata verde di Crescione (*Nasturtium officinale*).

POSTITE

Il prepuzio, o porzione di pelle che ricopre il glande dovrebbe poter essere rovesciato indietro, per scoprire completamente il pene. Se però l'apertura è stretta ciò non può avvenire e porta infiammazione alla mucosa che riveste internamente il prepuzio.

1) Decotto di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi locali.

2) Decotto di foglie di Acanto (*Acanthus mollis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi locali.

3) Decotto della pianta intera di Anserina (*Potentilla anserina*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi locali.

4) Decotto della pianta intera di Spaccapietra (*Ceterach officinarum*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi locali.

5) Infuso di radice di Consolida maggiore (*Symphytum officinale*); si prepara con 25 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali.

6) Decotto di sommità fiorite di Nido di uccello (*Neottia nidus avis rich*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi locali.

7) Decotto di foglie di Ellera o Edera (*Hedera helix*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi locali.

PRESSIONE BASSA

1) Infuso di Efedra (*Ephedra antina*); si prepara con gr. 8 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne bevono tre cucchiaini da minestra al giorno, per 15 giorni al mese.

2) Infuso di Trigonella (*Foenum graecum*); si prepara con gr. 30 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare un quarto d'ora e si filtra. Berne tre tazze al giorno, per 15 giorni.

3) Infuso di Ginestra (*Cytisus scoparius*); si prepara con gr. 20 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve in più riprese nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

4) Infuso di Mughetto (*Convallaria Majalis*); si pre-

para con gr. 10 di foglie tritate in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare 10 minuti e si filtra. Si bevono tre tazzine al giorno, per 15 giorni al mese.

5) Miscela: Ononide (*Ononis vergalis*) gr. 10, radice di Valeriana (*Valeriana officinalis*) gr. 10, e gr. 10 di Biancospino (*Crataegus oxyacantha*). Si versa la miscela in tre quarti di litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve una tazza nei due pasti principali per 15 giorni al mese.

6) Infuso di Verbena (*Verbena officinalis*); si prepara con gr. 15 in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve molto caldo e zuccherato, nel corso della giornata.

7) Vino di noce di Cola (*Sterculia acuminata*); si prepara con gr. 20 in un litro di vino rosso generoso e 100 grammi di zucchero. Si fa macerare 10 giorni, agitando di tanto in tanto. Si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un cucchiaino prima dei pasti principali.

8) Vino di Genzianella (*Gentiana aculis*); si prepara con gr. 20 in un litro di vino rosso generoso, gr. 100 di zucchero, facendo macerare per 10 giorni, agitando di tanto in tanto. Si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchiere prima dei pasti principali.

9) Vino di Enula (*Inula Helenium*); si prepara con gr. 20 un litro di vino generoso, gr. 100 di zucchero, facendo macerare 10 giorni e agitando di tanto in tanto. Si filtra e si imbottiglia. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti principali.

10) Vino di Marrobio (*Marrubium vulgare*); si prepara con gr. 15 di sommità fiorite in un litro di vino bianco secco, gr. 100 di zucchero, facendo macerare per 8 giorni e filtrando. Si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino dopo i pasti principali.

11) Vino di radice di Romice (*Rumex crispus*); si prepara con gr. 20 in un litro di ottimo vino rosso, gr. 50 di zucchero, facendo macerare per 10 giorni, e agitando di tanto in tanto. Si filtra e si mette in

bottiglia. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti principali.

12) Vino di Angelica (*Angelica Silvestris*); si prepara con gr. 20 di radice frantumata in un litro di vino rosso generoso, gr. 50 di zucchero, facendo macerare per 8 giorni e agitando di tanto in tanto. Si filtra e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino prima dei due pasti principali.

PROCTIDE

Infiammazione dell'intestino retto. E' talvolta associata alla colite, e dà impressione di gonfiore al retto, con desiderio continuo di evacuare. Si hanno feci a nastro, sottili, spesso screziate di sangue. L'orifizio si copre anche di piccole escoriazioni e tutta la regione assume un aspetto eczematoso.

1) Si osservi una dieta ricca di frutta e verdura, passati di lenticchie e fiocchi di avena.

2) Infuso di fiori di Altea (*Althea officinalis*); si prepara con una manciata in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in tre volte nella giornata, fino a completa guarigione.

3) Decotto di foglie di Spaccapietra (*Ceterach officinarum*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra attraverso un pannolino. Si beve durante la giornata, per 15 giorni.

4) Infuso di radice di Consolida maggiore (*Symphytum officinale*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. (Non adoperare recipienti di ferro o alluminio.) Si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

5) Decotto della pianta intera di Cardo santo (*Cnicus benedictus*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra attraverso un pannolino fitto. Si beve a tazze prima d'ogni pasto.

6) Decotto della pianta intera di Anserina (*Potentilla anserina*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Se ne beve una tazza prima d'ogni pasto.

7) Decotto di radice di Enula (*Inula helenium*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve una tazza prima d'ogni pasto.

8) Infuso di rizoma di Doronico (*Doronicum pardaliauches*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono tre tazzine al giorno lontano dai pasti.

9) Decotto di foglie di Girasole (*Heliantus annuus*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve una tazzina prima d'ogni pasto, fino a completa guarigione.

10) Infuso di foglie fresche di Geranio Macchiato (*Geranium maculatum*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Se ne beve una tazza prima dei pasti.

11) Decotto di radice di Gambi rossi (*Epilobium angustifolium*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve tre tazzine al giorno.

12) Infuso di capolini di Pratolina (*Bellis perennis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve una tazza prima d'ogni pasto.

13) Decotto di foglie tritate di Platano (*Platanus orientalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve una tazza prima d'ogni pasto.

14) Decotto di corteccia di Olmo (*Ulmus campestris*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro di acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Se ne bevono tre tazzine nella giornata, lontano dai pasti.

PROLASSO

E' la discesa di un organo o di un viscere verso il basso. Così il retto è in prolasso quando esce dall'orifizio anale. L'utero è in prolasso quando scende anormalmente verso la vagina. Quest'ultima è un'affezione assai comune e causa molto fastidio. E' quasi sempre data da un parto, ma può verificarsi anche per difettoso sviluppo della struttura di sostegno dell'utero.

PROLASSO RETTALE

1) Decotto della pianta intera di Cinquefoglio (*Potentilla reptans*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 4-5 tazze nel corso della giornata, per 10-15 giorni al mese.

2) Decotto di foglie di Mirto (*Myrtus communis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

3) Decotto di foglie di Castagno d'India (*Aesculus hyppocastanum*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono tre tazzine al giorno lontano dei pasti.

4) Decotto di scorza di Quercia (*Quercus robur*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Se ne beve una tazza prima d'ogni pasto.

5) Decotto della pianta intera di Borsapastore (*Capsella bursa pastoris*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono tre

tazzine nel corso della giornata, tiepido, per 15 giorni al mese.

6) Decotto di corteccia di Ontano (*Alnus glutinosa*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si beve una tazzina prima d'ogni pasto.

7) Decotto di corteccia di Olmo (*Ulmus campestris*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si fanno impacchi locali.

PROLASSO VAGINALE

1) Decotto della pianta intera di Cinquefoglio (*Potentilla reptans*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare per mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 4-5 tazze al giorno. Durata della cura: senza limite di tempo.

2) Decotto di foglie di Castagno d'India (*Aesculus hyppocastanum*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno due irrigazioni al giorno.

3) Decotto della radice di Tormentilla (*Potentilla erecta*); si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno due irrigazioni al giorno.

4) Decotto della pianta intera di Ortica (*Urtica dioica*); si prepara con una manciata in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno due irrigazioni al giorno.

PROSTATA

Ghiandola sessuale del maschio. E' facilmente infettibile (per la sua stretta vicinanza con la vescica e con l'uretra) dal gonococco o da altri microbi. Nella vecchiaia si verifica facilmente l'ingrossamento della

prostata, che assume proporzioni tali da comprimere l'uretra e rendere difficile o impossibile l'urinazione. Questo ingrossamento è dovuto ad un tipo di tumore, che è benigno. Non appena si noti l'accumulo di urina nella vescica si faccia immediatamente una delle seguenti cure, evitando così l'operazione:

1) Decotto della pianta intera di Coda di Cavallo (*Equisetum arvense*); si prepara con 25 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazze al giorno, fino a completa guarigione.

2) Decotto di foglie e fiori di Ononide (*Ononis spinosa*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione due minuti. Si lascia riposare un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, per 15 giorni al mese.

3) Decotto della pianta intera di Erica o Brentolo (*Cullana vulgaris*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

4) Infuso della pianta intera di Stellina (*Asperula odorata*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

5) Infuso di foglie di Chenopodio (*Chenopodium ambrosioides*); si prepara con 5 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si filtra. Si beve nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.

6) Decotto di foglie di Bucco (*Barosma betulina*); si prepara con 5 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

7) Decotto di rizoma di Canha di palude (*Arundo*

phragmites); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si beve a tazzine durante la giornata, per 15 giorni al mese.

8) Infuso della pianta intera di Centinodia (*Polygonum aviculare*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Se ne beve una tazza prima d'ogni pasto, per 15 giorni.

9) Decotto di corteccia e frutto di Castagno d'India (*Aesculus hippocastanum*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

10) Decotto della pianta intera di Parietaria (*Parietaria officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si aromatizza con qualche goccia di limone, si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

11) Infuso di foglie di Pero (*Pyrus communis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Se ne beve una tazzina prima d'ogni pasto, fino a completa guarigione.

12) Infuso di sommità fiorite di Scordio (*Teucrium scordium*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Se ne beve una tazzina prima d'ogni pasto, per 15 giorni al mese.

13) Decotto di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum Thapsus*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Se ne beve una tazzina prima d'ogni pasto, fino a completa guarigione.

14) Infuso di sommità fiorite di Verga d'Oro (*Solidago virgo aurea*); si prepara con 20 grammi in

mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve una tazza prima d'ogni pasto.

15) Decotto di radice di Altea (*Althea officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata.

16) Infuso di Tè svizzero (*Veronica officinalis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si filtra. Se ne beve una tazza prima d'ogni pasto.

PRURITO

La pelle riceve molte sensazioni, poiché il cervello, del quale essa è l'informatrice, avverte, oltre al caldo ed a tutte le sfumature sino al freddo, tutte le gradazioni del tatto: la pressione, la forma e la dimensione degli oggetti, la loro consistenza. Inoltre la pelle reagisce al formicolio, al bruciore, al dolore e al pizzicore (prurito). Questo può essere dato da cause esterne: da sostanze irritanti messe a contatto con la pelle, da punture d'insetti, da contatto con ortiche. I pruriti causati da vegetali si manifestano anche senza necessità di contatto. Infatti il solo odore della "Primula cinese" e del Crisantemo può provocare prurito assai molesto.

1) Si osservi una dieta ricca di frutta e verdura. Si evitino cibi conservati, carni giovani e pesci grassi, funghi, alcool, caffè.

2) La cura omeopatica in questo caso è molto efficace: Crisantemo (*Chrusanthemum*) alla 5^a diluizione. Oppure Primula (*Primula officinalis*) alla 6^a diluizione. Si seguano le istruzioni.

3) Si facciano due bagni alla settimana in cui siano versati 50 grammi di olio di mandorle dolce, dentro l'acqua ben calda, nella vasca già preparata con l'abituale quantità d'acqua e un chilogrammo di crusca di Grano, 200 grammi di sale marino dentro ad un sacchetto di tela. Si agiti il sacchetto in maniera che l'acqua si impregni e si colori, poi ci si

immerga nella vasca da bagno per 20 minuti.

4) Infuso di foglie di Cicoria (*Cichorium intybus*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve un bicchiere durante i pasti.

5) Infuso della pianta intera di Borrana (*Borrago officinalis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Se ne beve un bicchiere durante i pasti.

6) Infuso di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne beve un bicchiere durante i pasti.

7) Infuso di Piantaggine (*Plantago lanceolata*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Se ne beve un bicchiere durante i pasti.

8) Infuso di foglie di Brucea o Summaccu (*Brucea antidysenterica*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne beve un bicchiere durante i pasti.

9) Infuso della pianta intera di Pervinca (*Vinca minor*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Se ne beve un bicchiere ai pasti.

10) Infuso della seguente miscela: Salsapariglia (*Smilax aspera*) 50 grammi, Asperula (*Asperula odorata*) 50 grammi, Betulla (*Betula alba*) 50 grammi e 50 grammi di Centinodia (*Polygonum aviculare*). Si versa in un quarto d'acqua bollente un cucchiaino da tavola della miscela, si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve in due volte lontano dei pasti, per 15 giorni al mese.

PSICASTENIA

Comprende molte malattie mentali: la fissazione, il dubbio, la paura morbosa, l'ossessione ecc. Quindi "debolezza mentale". Infatti coloro che sono affetti da dubbi, paura, preoccupazioni morbose, non hanno

l'energia mentale sufficiente per resistere a quelle stesse influenze e sono sempre preda di esse.

1) Si fanno due bagni alla settimana di decotto di 100 grammi di Assenzio (*Artemisia absinthium*) e 100 grammi di foglie di Arancio (*Citrus aurantium*). Si fa bollire il tutto in tre litri d'acqua per 20 minuti, si cola e si versa il tutto dentro la vasca da bagno, già preparata con l'abituale quantità d'acqua. Poi ci si immerge nella vasca per 20 minuti.

2) Infuso di foglie e ramette di Salice bianco (*Salix alba*); si prepara con 15 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in due volte, mattino e sera, lontano dei pasti.

3) Infuso della pianta intera di Fiorrancio (*Calendula officinalis*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve in due volte, mattino e sera, lontano dai pasti.

4) Infuso di foglie di Arancio (*Citrus aurantium*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve al mattino e alla sera, lontano dai pasti.

5) Infuso di fiori di Tiglio (*Tilia vulgaris*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve in due volte, mattino e sera, lontano dei pasti.

6) Infuso di radice di Gelsemio (*Gelsemium semper-virens*); si prepara con 2 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti e si cola. Si beve in due volte, mattino e sera, lontano dei pasti.

PSORIASI

Affezione cutanea comune che si manifesta con una piccolissima papula, rossa e squamosa, a margini velti e leggermente rilevati, al centro della quale avverrà, dopo la desquamazione, una risoluzione per cui assumerà forma di anello. Preferisce il margine del cuoio capelluto, le ginocchia, i gomiti, il basso dorso.

- 1) Si osservi una dieta ricca di frutta e verdura (molte carote cotte e crude). Si evitino cibi conservati, carni e pesci grassi, funghi.
- 2) Si faccia un bagno alla settimana di un decotto di: foglie fresche di Ranuncolo o Pié di gallo, Botton d'oro (*Ranunculus acris*) 100 gr., 100 gr. di foglie di Noce (*Juglans regia*), 500 grammi di crusca di Grano e 50 grammi di foglie di Malva (*Malva silvestris*). Si fa bollire il tutto in tre litri d'acqua per 20 minuti, si cola e si versa il decotto dentro la vasca da bagno con 50 grammi di olio di Mandorla, nell'acqua già preparata con l'abituale quantità. Poi ci si immerge dentro la vasca per 20 minuti.
- 3) Decotto di corteccia di Dulcamara (*Solanum dulcamara*); si prepara con 5 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 2 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve in due volte, mattino e sera, lontano dei pasti, per 10 giorni.
- 4) Decotto di fiori di Viola tricolore (*Viola tricolor*); si prepara con 5 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 2 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si filtra. Si beve in due volte, mattino e sera, lontano dei pasti, per 10 giorni al mese.
- 5) Decotto di foglie di Cicoria (*Cichorium intybus*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve in due volte, mattino e sera, lontano dai pasti, fino a completa guarigione.
- 6) Infuso della pianta intera di Fumaria (*Fumaria officinalis*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve in due volte, mattino e sera, lontano dei pasti.
- 7) Infuso di Asperula (*Asperula odorata*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve in due volte, prima dei pasti, fino a guarigione.

8) Infuso di foglie di Carciofo (*Cynara scolymus*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

9) Miscela composta di: Centaurea minore (*Erythraea centaurum*) 50 grammi, Fumaria (*Fumaria officinalis*) 50 grammi, Brucea (*Brucea antidysenterica*) 50 grammi e 50 grammi di Piantaggine (*Plantago lanceolata*). Si versa un cucchiaino da tavola della miscela in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in due volte, mattino e sera, lontano dai pasti, per 15 giorni al mese.

RACHITISMO

Il rachitismo è assai diffuso tra le classi povere dei paesi freddi o temperati. Si manifesta nel bambino e nell'animale durante la prima infanzia ed è dovuto a deficiente e inadatto nutrimento. E' importante curare fin dal principio ogni forma di rachitismo perché l'organismo ne potrebbe risentire le conseguenze per tutta la vita.

1) Si osservi un'alimentazione ricca di frutta e verdura (carote cotte e crude) passati di lenticchie, fiocchi di avena e riso integrale.

2) Liquore Lunisolare: si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di miele di ottima qualità, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini con 10 grammi di Elicriso (*Helichrysum italicum*), 10 grammi di Enula (*Inula helenium*) e 10 grammi di Trigonella (*Foenum graecum*). Si espone il barattolo, ben chiuso, al sole per 20 giorni. Poi si sprema il tutto, si lascia riposare e si mette in bottiglia. Se ne beve un cucchiaino da tavola prima dei pasti, fino ad effetto positivo.

3) Infuso della pianta intera di Coclearia (*Cochlearia officinalis*); si prepara con un pizzico in una tazza da tè d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve ben zuccherato durante la giornata.

4) Infuso di rizoma di Cariofillata (*Geum urbanum*); si prepara con un pizzico in una tazza da tè d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si dà da bere ben zuccherato durante la giornata.

5) Decotto di semi di Cretamo o Bacicci (*Critimum maritimum*); si prepara con un cucchiaino colmo di semi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve ben zuccherato in più riprese nel corso della giornata.

6) Infuso di mallo di Noce (*Juglans regia*); si prepara con 5 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine ben zuccherato nel corso della giornata.

7) Decotto di radice di Angelica (*Angelica silvestris*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno.

8) Si fa un bagno alla settimana di 100 grammi di Assenzio (*Artemia absinthium*) e 100 grammi di sommità fiorite di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*); si fa bollire le due droghe in tre litri d'acqua per 20 minuti, si cola e si versa il decotto dentro la vasca da bagno, già preparata con l'abituale quantità d'acqua. Quindi si immerge il paziente nella vasca per 20 minuti (frizionandogli delicatamente tutta la spina dorsale).

9) Infuso di foglie di Trifoglio fibrino (*Menyanthes trifoliata*); si prepara con 25 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve ben zuccherato più volte al giorno.

RAFFREDDORE

Infiammazioni catarrali delle mucose nasale, tracheale, bronchiale.

1) Infuso della pianta intera di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*); si prepara con 30 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quar-

to d'ora e si cola. Si beve addolcito con miele, ben caldo, nel corso della giornata.

2) Infuso di foglie di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si addolcisce con miele e si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 10 giorni.

3) Decotto di radice di Enula (*Inula helenium*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti e si cola. Si addolcisce con miele e si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 8 giorni.

4) Infuso della pianta intera di Edera terrestre (*Glechoma hederacea*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine ben caldo, nel corso della giornata.

5) Infuso della pianta intera di Eufrasia (*Ephrasia officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si addolcisce con miele e si beve caldo, nel corso della giornata, per 10 giorni.

6) Infuso di sommità fiorite di Marrubio o Menta-stro (*Marrubium vulgare*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si addolcisce con miele e si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 8 giorni.

7) Infuso di sommità fiorite di Iperico (*Hypericum perforatum*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si filtra. Si addolcisce con miele e si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 10-15 giorni.

8) Infuso di fiori di Primula (*Primula officinalis*); si prepara con 5 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si addolcisce con miele e si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 10-15 giorni.

9) Infuso di fiori di Tiglio (*Tilia vulgaris*); si prepara con 8 grammi in mezzo litro d'acqua bollente.

Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve molto caldo, addolcito con miele.

10) Infuso di fiori di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 5 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra con colino fitto. Si addolcisce con miele e si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 8 giorni.

11) Infuso di aghi di Pino (*Pino silvestris*); si prepara con 25 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si addolcisce con miele e si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 10 giorni.

12) Infuso di foglie e fiori di Malva (*Malva silvestris*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si addolcisce con miele e si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 10 giorni.

13) Sciroppo di Canna di palude (*Arundo phragmites*) o Canna da pertica: si tagliano 10 o 20 tratti di canna, aventi ciascuno un estremo chiuso da un nodo e l'altro aperto, che si dispongono in fascio e diritti entro un recipiente con gli estremi aperti rivolti verso l'alto. Si riempie (aiutandosi con un imbuto) ciascun tratto di canna con zucchero in polvere. Dopo 5-6 ore lo sciroppo è fatto (parte di esso potrà anche essere trasudato dalle canne). Quindi si imbottiglia pronto all'uso. Se ne bevono 2-3 cucchiaini al giorno lontano dai pasti, per 8 giorni (consigliabile ai bambini nella pertosse).

RAGADI

Screpolature della pelle. Sono frequenti alle labbra, all'ano, ai capezzoli. Sono talvolta profonde e possono causare sofferenze violente. Inoltre assai facilmente (specialmente quelle all'ano) divengono sede d'infezione. Le ragadi anali, causa di dolori violenti, si cureranno facilmente con impacchi di erbe. Identico trattamento per le ragadi mammellari e quelle vulvari.

1) Infuso della pianta intera di Millefoglio (*Achil-*

lea millefolium); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, lontano dai pasti, fino a completa guarigione.

2) Infuso di foglie di Fitolacca (*Phytolacca decandra*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

3) Infuso della pianta intera di Parietaria (*Parietaria officinalis*); si prepara con 50 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

4) Decotto di foglie tritate di Platano (*Platanus orientalis*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

5) Infuso di tuberi di Concordia (*Orchis maculata*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

6) Decotto di Bistorta (*Polygonum bistorta*); si prepara con 50 grammi di rizoma in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

7) Decotto di semi di melo Cotogno (*Cydonia vulgaris*); si prepara con 10 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

8) Decotto di corteccia di Quercia (*Quercus robur*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

9) Decotto di Tormentilla (*Potentilla tormentilla*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa

riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

10) Infuso di Viola mammola (*Viola odorata*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

11) Decotto della pianta intera di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

12) Infuso della pianta intera di Millefoglio (*Achillea millefolium*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

13) Decotto di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 50 grammi in un litro di latte bollente. Si lascia in ebollizione a fuoco lento 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

14) Decotto di foglie di Ellera o Edera (*Hedera helix*); si prepara con una manciata di foglie tritate in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

15) Infuso della pianta intera di Antillide (*Anthyllis vulneraria*); si prepara con la pianta fresca pestata e applicata a mo' di cataplasma, che si rinnova due volte al giorno.

RAUCEDINE

Abbassamento ed inasprimento della voce, dovuti a disfunzione delle corde vocali. Può essere data da semplice raffreddore, ma può anche derivare da aortite sifilitica o da tubercolosi.

1) Infuso di sommità fiorite di Timo (*Thymus vulgaris*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si aggiunge all'infuso un cucchiaino di acqua ossigenata. Quindi si gargarizza 4-5 volte al giorno.

2) Miscela composta di: Salsapariglia (*Smilax aspera*) 50 grammi, foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*) 50 grammi, Primula (*Primula officinalis*) 50 grammi e 50 grammi di foglie di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*). Si versa un cucchiaino da tavola della miscela in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si beve in due volte ben zuccherato, mattino e sera, lontano dai pasti, per 15 giorni di seguito.

3) Decotto di radice frantumata di Altea (*Althea officinalis*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Si addolcisce con miele e se ne bevono 4-5 tazze al giorno, per 15 giorni.

4) Infuso della pianta intera di Erisimo o Erba cornacchia (*Sisymbrium officinale*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si addolcisce con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

5) Infuso di foglie di Farfaro (*Tussilago farfara*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si addolcisce con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

6) Infuso di sommità fiorite di Origano (*Origanum vulgare*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si addolcisce con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

7) Decotto di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 2 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si addolcisce con miele e si beve a cucchiaini nel corso della giornata, per 15 giorni.

8) Infuso di fiori di Sambuco (*Sambucus nigra*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si addolcisce con miele e si beve nel corso del-

la giornata, per 15 giorni.

9) Decotto di foglie di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 2 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si addolcisce con miele e si beve a cucchiaini nel corso della giornata, per 15 giorni.

10) Infuso di foglie di Salvia (*Salvia officinalis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si addolcisce con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

RENELLA

Sottile deposito rossastro, formato da piccolissimi calcoli renali, emessi insieme all'urina.

1) Decotto di rizoma di Gramigna (*Agropyrum repens*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione mezz'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

2) Decotto della pianta intera di Ceterach o Spaccapietra (*Ceterach officinarum*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

3) Decotto di bacche di Alkekengi o Ciliege d'inverno (*Physalis alkekengi*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

4) Decotto di foglie di Betulla (*Betula alba*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

5) Decotto di bacche di Ginepro (*Juniperus com-*

munis); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

6) Decotto di stimmi di Mais (*Zea mais*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine ben caldo, durante la giornata, fino a completa guarigione.

7) Decotto di foglie di Linaria o Scarpette della Madonna (*Linaria cymbalaria*); si prepara con una manciata di foglie fresche in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si cola. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, per 8 giorni.

8) Decotto di radice di Ononide (*Ononis spinosa*); si prepara con 25 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine ben caldo, durante la giornata, per 15 giorni.

9) Decotto di semi di Orzo (*Hordeum vulgare*), si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione mezz'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si dolcifica con miele e si beve caldo, nel corso della giornata, per 15 giorni.

10) Decotto della pianta intera di Parietaria (*Parietaria officinalis*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si dolcifica con miele, si aggiunge qualche goccia di limone e si beve nel corso della giornata, per 15 giorni.

11) Decotto della pianta intera di Primula (*Primula officinalis*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si beve caldo, nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

- 12) Decotto di foglie di Ribes nero (*Ribes nigrum*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si dolcifica con miele e si beve nel corso della giornata, fino a completa guarigione.
- 13) Decotto di rizoma di Pungitopo (*Ructus aculeatus*); si prepara con 15 grammi in un litro di metà acqua e metà vino rosso bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si dolcifica con miele e si beve nel corso della giornata, per 15 giorni.
- 14) Decotto di rizoma di Saponaria (*Saponaria officinalis*); si prepara con 10 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione mezz'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni lontano dai pasti.
- 15) Infuso di sommità fiorite di Spirea o Barba di capra (*Spirea ulmaria*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.
- 16) Decotto della pianta intera di Ortica (*Urtica urens* e *Urtica dioica*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Si dolcifica con miele e si beve nel corso della giornata, per 15 giorni.
- 17) Decotto della pianta intera di Verga d'Oro o Erba giudaica (*Solidago virga aurea*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.
- 18) Infuso di Veronica o Tè svizzero (*Veronica officinalis*); si prepara con 50 grammi in un litro di metà acqua e metà vino rosso bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si dolcifica con miele e si beve a volontà durante la giornata, fino a com-

pleta guarigione.

19) Decotto di Viola tricolore (*Viola tricolor*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 2 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, lontano dai pasti, per 8 giorni.

RETTO

Il tratto d'intestino che sbocca nel foro anale. E' breve, ma soggetto a molte malattie (infiammazione).

1) Si fanno bollire per 20 minuti in un litro e mezzo d'acqua 50 grammi di crusca (*Tricum sativum*). Si lascia riposare mezz'ora e si cola. Si fa poi un clistere con il decotto due volte alla settimana, fino a completa guarigione.

2) Infuso di fiori e foglie di Bocca di leone (*Antirrhinum majus*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono tre tazzine al giorno, per 15 giorni.

3) Decotto di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

4) Infuso di semi di Psillio (*Plantago psyllium*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua quasi bollente (in tegame di terra cotta). Si lascia riposare un'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

5) Infuso di petali di Rosa rossa (*Rosa gallica*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono 4-5 tazzine al giorno.

6) Infuso di sommità fiorite di Millefoglie (*Achillea millefolium*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Si beve a volontà nel corso della giornata, fino a completa guarigione. (Con lo stesso si

faccia qualche impacco locale).

7) Infuso di radice frantumata di Enula (*Inula helenium*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

8) Infuso di erba fresca di Porcellana (*Portulaca oleracea*); si prepara con una manciata in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

9) Infuso di foglie di Pesco (*Amygdalus persica*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 4-5 tazze al giorno, per 15 giorni.

10) Infuso di foglie di Pervinca (*Vinca minor*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a volontà e nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

11) Decotto di corteccia di Perseo (*Persea lingue*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due volte al giorno.

12) Decotto di foglie tritate di Platano (*Platanus orientalis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Se ne bevono 3-4 tazzine nella giornata, per 15 giorni.

13) Infuso di foglie di Brucea (*Brucea antidysenterica*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a volontà nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

14) Infuso di radice frantumata di Consolida maggiore (*Sympytym officinale*); si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente (non fare bollire e non adoperare recipienti di ferro o alluminio). Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si beve a volontà nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

REUMA

La parola è usata per indicare dolore alle ossa e raffreddore.

- 1) Si mette a macero per 2 ore una foglia di Cavolo (*Brassica oleracea*) ben pulita, spianata, con un mattarello, in una soluzione di acido borico e un cucchiaino di aceto di vino. Si applica sulla parte dolente, rinnovando due volte al giorno. Questo trattamento lenisce i dolori reumatici e l'eresipela.
- 2) Si fa un bagno alla settimana, della durata di 20 minuti, di foglie e fiori di Rododendro (*Rhododendron ferrugineum*) 100 grammi, foglie e rametti di Alloro (*Laurus nobilis*) 100 grammi, rizoma di Felce maschio (*Fix mas*) 100 grammi e 100 grammi di farina di Castagno d'India (*Aesculus hippocastanum*). Si prepara facendo bollire in 4 litri d'acqua per 20 minuti, quindi si cola e si versa il decotto dentro la vasca da bagno, già preparata con l'abituale quantità d'acqua. Ci si immerge nella vasca da bagno e si massaggia dolcemente tutta la parte dolente.
- 3) Infuso di corteccia di Salice bianco (*Salix alba*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Si beve caldo, durante la giornata, per 10 giorni al mese.
- 4) Infuso di Agrimonia (*Agrimonia eupatoria*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve in due volte al giorno, durante i pasti.
- 5) Decotto di foglie di Bosso (*Buxus sempervirens*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si aromatizza con limone e si zucchera bene e si beve a cucchiaini, in più riprese, nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.
- 6) Infuso di Calamo aromatico (*Acorus calamus*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Si dolcifica con miele e si beve in due volte al giorno,

durante i pasti, per 15 giorni al mese.

7) Infuso di foglie di Carciofo (*Cynara scolymus*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve in due volte al giorno, durante i pasti, fino a completa guarigione.

8) Infuso di Centaurea minore o Biondella (*Eri-thraea centaurum*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

9) Decotto di Cicoria o Radicchio (*Intybus cichorium*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve in due volte al giorno, durante i pasti. Durata della cura: senza limiti di tempo.

10) Decotto di Coda di Cavallo (*Equisetum arvens*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 al mese.

11) Infuso di foglie di Frassino comune (*Fraxinus excelsior*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve due volte al dì, ai pasti.

12) Infuso di Melissa o Cedronella (*Melissa officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

13) Infuso di sommità fiorite di Millefoglie (*Achillea millefolium*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

14) Infuso di sommità fiorite di Olmaria (*Speraeulmaria*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve in due volte al giorno, durante i pasti. Durata della cura: senza limite di tempo.

15) Decotto di Ononide o Erba dell'asino (*Ononis spinosa*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve in più riprese nella giornata, per 15 giorni al mese.

16) Decotto di aghi di Pino (*Pinus silvestris*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve due volte al giorno, ai pasti, per 10 giorni al mese.

17) Infuso di fiori di Primula (*Primula officinalis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

18) Decotto di corteccia di Quercia o Rovere (*Quercus robur*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a cucchiaini nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

19) Infuso di sommità fiorite di Salvia (*Salvia officinalis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata.

20) Infuso di fiori di Tiglio (*Tilia vulgaris*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata.

21) Infuso di sommità fiorite di Verga d'oro (*Solidago virga aurea*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata.

22) Infuso di bacche di Ginepro (*Juniperus communis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

23) Infuso della pianta intera di Centinodia (*Pol-*

ygonum aviculare); si prepara con 15 grammi in mezzo litro di metà acqua e metà vino rosso bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

24) Infuso della pianta intera di Cerfoglio (*Anthriscus cerefolium*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

25) Infuso di Verbena (*Verbena officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

26) Si lascia macerare per 15 giorni, in un litro di grappa, la seguente miscela: Lavanda (*Lavandula spica*) 10 grammi, foglie di Ribes (*Ribes nigrum*) 10 grammi, sommità fiorite di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*) 10 grammi, Luppolo (*Humulus lupulus*) 10 grammi e 10 grammi di Verbena (*Verbena officinalis*), si filtra e si aggiungono 100 grammi di zucchero. Se ne beve un cucchiaino al mattino e uno alla sera, lontano dai pasti.

RINITE

Infiammazione interna del naso, data da microrganismi annidati nelle mucose. La forma più lieve è il raffreddore. Nella forma cronica la rinite altera permanentemente la mucosa.

1) Infuso di sommità fiorite di Erba canforata (*Camphorosma monspeliacum*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si filtra. Quindi si inspira il liquido ben caldo dal naso e lo si espelle dalla bocca; si ripete la cura 3-4 volte al giorno, fino a completa guarigione.

2) Decotto di aghi di Pino (*Pinus silvestris*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si inspira il liquido molto cal-

do dal naso e lo si espelle dalla bocca, per 3-4 volte al giorno, fino a completa guarigione.

3) Infuso della pianta intera di Veronica (*Veronica officinalis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Lo si beve in più riprese nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

4) Infuso di fiori e foglie di Altea (*Althaea officinalis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra. Si beve ben caldo, nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

5) Infuso di Salvia (*Salvia officinalis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

6) Infuso di fiori di Primavera (*Primula officinalis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

RITENZIONE D'URINA

Mancato svuotamento della vescica urinaria per restringimento uretrale, cistite, ipertrofia della prostata.

1) Decotto di stimmi di Granoturco (*Zea mais*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

2) Decotto di rizoma di Gramigna (*Agropyrum repens*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

3) Decotto della pianta intera di Erica o Brentolo (*Erica vulgaris*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Si

zucchera e si beve nel corso della giornata, per 15 giorni.

4) Infuso di Edera terrestre (*Glechoma hederacea*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

5) Decotto della pianta intera di Piantaggine (*Plantago lanceolata*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

6) Decotto della pianta intera di Fragola (*Fragaria vesca*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 10 minuti e si filtra. Si beve caldo, nel corso della giornata, per 15 giorni.

7) Decotto di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*); si prepara con 30 grammi di sommità fiorite e due cucchiaini di miele in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si beve nel corso della giornata, per 15 giorni.

8) Decotto di rametti e foglie di Ginepro (*Juniperus communis*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si dolcifica con miele e si beve nel corso della giornata, per 15 giorni.

RONZIO ALLE ORECCHIE

Se è passeggero non ha importanza. Se persiste può denunciare una malattia nervosa, anche grave.

1) Infuso di Verbena odorosa (*Lippia citriodora*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve in due volte nei pasti principali.

2) Infuso di fiori di Biancospino (*Crataegus oxycantha*); si prepara con 5 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si

cola. Si beve in due volte nei pasti principali.

3) Infuso del bulbo di Ciclamino (*Cyclamen europaeum*); si prepara con 2 grammi in polvere in un quarto di vino bianco secco bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve in due volte nei pasti principali.

4) Infuso della pianta fiorita di Cardiaca (*Leonurus cardiaca*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in due volte nei pasti principali.

5) Infuso di Fumaria (*Fumaria officinalis*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in due volte nei pasti principali.

6) Infuso di Marrobbio fetido (*Ballota nigra*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in due volte mattino e sera, lontano dai pasti.

7) Infuso di sommità fiorite di Millefoglie (*Achillea millefolium*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a cucchiaini nel corso della giornata.

ROSOLIA

Malattia infettiva acuta, non grave. Attacca bambini ed adulti in primavera ed immunizza per l'intera vita. Si manifesta dopo 12-21 giorni dall'infezione, con fiacchezza e catarro al naso e alla gola. Spesso vi è arrossamento degli occhi, accompagnato da mal di gola.

1) Si faccia subito un bagno di Assenzio (*Artemisia absinthium*); si fa bollire 150 grammi di Assenzio in tre litri d'acqua per 20 minuti, poi si cola e si versa il decotto dentro la vasca da bagno, già preparata con l'abituale quantità d'acqua. Si immerge il malato nella vasca per 20 minuti, si massaggia il corpo con l'acqua ben calda, si asciuga bene e si mette subito a letto il malato.

2) Infuso di sommità fiorite di Millefoglie (*Achillea millefolium*); si prepara con 10 grammi in mezzo

litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si zucchera e se ne beve un cucchiaino ogni quarto d'ora, durante la giornata. N.B. Alle mamme che hanno figli tra il 4° mese ed i 12 mesi raccomandando di aggiungere frequentemente all'acqua del bagno dei loro figli un decotto di Assenzio. E' pure consigliabile propinare loro saltuariamente una tisana di Achillea o Millefoglie, ben zuccherata perché amarognola. Questo trattamento potrebbe anche evitare una encefalite o una poliomielite!

SALPINGITE

E' data da microrganismi che raggiungono le trombe fallopiane dal basso, attraverso i genitali inferiori.

1) Infuso di radice di Tragoselino (*Pimpinella saxifraga*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, fino a completa guarigione.

2) Infuso di radice di Consolida maggiore (*Sympytum officinale*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente (senza fare bollire). Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

3) Decotto di foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione per 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, fino a completa guarigione.

4) Decotto di radice di Bardana (*Arctium lappa*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, fino a completa guarigione.

5) Decotto di radice di Ratania (*Krameria triandra*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, fino a completa guarigione.

SCARLATTINA

Malattia infettiva, diffusa tra i ragazzi, ma possibile anche in età adulta.

1) Si faccia subito un bagno molto caldo, di Assenzio (*Artemisia absinthium*) 100 grammi e 100 grammi di Millefoglie (*Achillea millefolium*). Si fa bollire in tre litri d'acqua per 20 minuti. Quindi si cola e si versa il decotto dentro la vasca da bagno, già preparata con l'abituale quantità d'acqua. Si immerge il paziente dentro la vasca per 20 minuti, si massaggia tutta la spina dorsale, si asciuga bene e si mette il paziente subito a letto, ben coperto.

2) Infuso di Millefoglie (*Achillea millefolium*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 15 minuti, si filtra, si zucchera e si beve un cucchiaino ogni quarto d'ora.

SCIATICA

Ischialgia. Affezione reumatica, assai comune, dolorosissima, che prende la coscia (nervo sciatico).

1) Si applicherà sulla zona dolente della carta color blu, passandovi poi sopra a più riprese il ferro da stiro, moderatamente caldo.

2) Si fa un bagno molto caldo, della durata di 20 minuti, di foglie e di fiori di Rododendro (*Rhododendron ferrugineum*) 100 grammi, rizoma di Felce maschio (*Filix mas*) 100 grammi e 100 grammi di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*). Si prepara facendo bollire in tre litri d'acqua per 20 minuti; quindi si cola e si versa tutto il decotto dentro la vasca da bagno, già preparata con l'abituale quantità d'acqua. Ci si immerge dentro la vasca e si massaggia vigorosamente la parte.

3) Si mette a macero per 2 ore una foglia di Cavolo (*Brassica oleracea*) ben pulita, spianata con il mattarello, in una soluzione di acido borico e un cucchiaino di aceto di vino. La si applica sulla parte dolente, rinnovandola due volte al giorno.

4) Infuso di Verbena (*Verbena officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra.

Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

5) Infuso di sommità fiorite di Ginestra (*Cytisus scoparius*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro di ottimo vino caldo senza fare bollire. Si lascia in fusione due ore e si filtra. Se ne beve un bicchiere ai pasti, per 8 giorni.

6) Infuso di sommità fiorite di Olmaria (*Spirea ulmaria*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro di ottimo vino rosso caldo. Si lascia in fusione due ore e si filtra. Se ne beve un bicchiere ai pasti.

SCLEROSI

Indurimento; trasformazione delle cellule in materia fibrosa, moltiplicazione di elementi inerti.

1) Infuso di bulbi di Aglio (*Allium sativum*); si prepara con 15 grammi in un mezzo litro di vino rosso bollente. Si lascia in fusione due ore e si filtra. Si beve un bicchiere ai pasti, per 10 giorni al mese.

2) Infuso di sommità fiorite di Millefoglie (*Achillea millefolium*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro di ottimo vino rosso eccellente. Si lascia raffreddare e si filtra. Si beve un bicchiere ai pasti.

3) Infuso di fiori di Biancospino (*Crataegus oxyacantha*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Se ne bevono 2-3 tazze al giorno, per 15 giorni al mese.

4) Infuso di corteccia di Quercia (*Quercus robur*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro di vino quasi bollente. Si lascia raffreddare e si cola. Se ne beve un bicchiere ai pasti.

5) Infuso di radice di Cardo Mariano (*Silybum marianum*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro di ottimo vino rosso caldo. Si lascia raffreddare e si cola. Se ne beve un bicchiere ai pasti, per 10 giorni al mese.

6) Infuso di radice di Cardo dei lanaioli (*Dipsacus fullonum*); si prepara con 10 grammi in un litro di ottimo vino rosso bollente. Si lascia raffreddare e

si cola. Se ne beve un bicchiere ai pasti, per 15 giorni al mese.

SCLEROTICA

Il rivestimento esterno dell'occhio, che lo protegge. E' soggetta ad infiammarsi.

1) Infuso di foglie di Finocchio (*Foeniculum officinale*); si prepara con una manciata in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali due o tre volte al giorno, per 10 giorni.

2) Infuso della pianta intera di Fiordaliso (*Centaurea cyanus*); si prepara con una manciata in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si filtra. Si fanno impacchi tiepidi 3-4 volte al giorno, per 10 giorni.

3) Infuso di foglie di Frassino comune (*Raxinus excelsior*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi freddi, locali, per 10 giorni.

4) Decotto della pianta intera di Coda di Cavallo (*Equisetum arvense*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa raffreddare e si cola. Si fanno impacchi locali più volte al giorno, per 10 giorni.

SCROFOLA

Tubercolosi delle ghiandole linfatiche, del collo, del petto, dell'addome. Principiano dei noduli dietro l'angolo mascellare che, crescendo, si uniscono fra di loro formando un ascesso che talvolta si apre alla superficie.

1) Si osservi una dieta ricca di frutta e verdura, passati di lenticchie e olio di fegato di merluzzo.

2) Si mette in un barattolo di vetro un litro di acquavite a 25° e 500 grammi di miele, due arance e due limoni con la buccia e tagliati a pezzettini, con 10 grammi di Elicriso (*Helichrisum italicum*), 10 grammi di Trigonella (*Foenum graecum*) e 10 grammi di radice di Enula (*Inula helenium*). Si espone il barattolo, ben chiuso, per 20 giorni al so-

le. Quindi si sprema il tutto, si lascia riposare e si mette in bottiglia. Se ne beve un bicchierino prima dei pasti.

3) Decotto di radice di Bardana (*Arctium lappa*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti e si cola. Si beve tiepido a 5-6 cucchiaini al giorno, per 10 giorni al mese.

4) Infuso della pianta intera di Borrana (*Borrago officinalis*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, per 10 giorni al mese.

5) Infuso di rizoma di Calamo aromatico (*Acorus calamus*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Si beve a tazzine ben zuccherato nel corso della giornata, per 15 giorni.

6) Infuso della pianta intera di Cariofillata (*Geum urbanum*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Si dolcifica con miele e si beve nel corso della giornata, per 15 giorni.

7) Infuso della pianta intera di Centaurea minore (*Erythraea centaurum*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

8) Infuso di radice di Genziana (*Gentiana lutea*); si prepara con 5 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.

9) Infuso della pianta intera di Verbena (*Verbena officinalis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

10) Infuso di foglie di Salice bianco (*Salix alba*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bol-

lente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

SICOSI

Infiammazione dei follicoli dei peli e delle ghiandole sebacee.

1) Decotto di foglie di Ellera o Edera (*Hedera helix*); si prepara con una manciata di foglie tritate in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si aggiunge un cucchiaino di acqua ossigenata e si fanno impacchi locali.

2) Decotto di foglie di Enotera (*Oenothera acaulis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Si aggiunge un cucchiaino d'acqua ossigenata e si fanno impacchi.

3) Decotto di foglie di Brucea (*Brucea anthidysenterica*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si fanno impacchi locali.

4) Decotto di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare 20 minuti e si filtra. Si aggiunge un cucchiaino di acqua ossigenata e si fanno impacchi locali.

SIFILIDE

Lue venerea, Mal celtico. Ereditaria da spirochetosi (o *treponema pallidum*): infezione cronica e flagello sociale diffusibile per contatto e che evolve con ulcera ai genitali, ecc. Curabile con la seguente miscela: Radice di Salsapariglia (*Smilax aspera*) 50 grammi, foglie di Noce (*Juglans regia*) 50 grammi, foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*) 50 grammi e 50 grammi di radice di Bardana (*Arctium lappa*). Si versa un cucchiaino da tavola della miscela in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare un quar-

to d'ora, si dolcifica con miele e si beve in due volte mattino e sera, lontano dei pasti, per un mese. Di tanto in tanto se ne beve una tazza. Contemporaneamente si facciano degli impacchi col preparato così ottenuto: si fanno bollire 30 grammi di Coda di Cavallo (*Equiseto arvens*) in un litro d'acqua bollente per un quarto d'ora e si cola. Si fanno impacchi due volte al giorno, tiepidi.

SINCOPE

Arresto del cuore, temporaneo o definitivo. Si osserveranno nel paziente sudori freddi, estremo pallore, sforzi enormi per respirare, oscuramento della vista. Si beva subito un cucchiaino da tavola di aceto antisettico. Si prepara con 20 grammi di Artemisia (*Artemisia absinthium*), 20 grammi di Salvia (*Salvia officinalis*), 20 grammi di sommità fiorite di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*), 20 grammi di foglie di Ruta (*Ruta graveolens*), 20 grammi di Lavanda (*Lavandula spica*), 20 grammi di Menta (*Menta piperita*), 10 grammi di scorza di Cannella (*Cinnamomum ceylanicum*), 10 grammi di Calamo aromatico (*Acorus calamus*), 10 grammi di chiodi di Garofano (*Dianthus caryophyllus*), una Noce moscata, una testa d'Aglio (*Allium*) e 5 grammi di Canfora cinese; 1300 grammi di aceto di purissimo vino bianco. Si lascia macerare il tutto nell'aceto per 15 giorni, in una arbarella chiusa ermeticamente. Si filtra e si conserva in bottiglia ben chiusa. Se ne beve un cucchiaino di tanto in tanto, puro o diluito con acqua.

SINGHIOZZO

E' causato dalla improvvisa discesa del diaframma, per cui l'aria si precipita nei polmoni, subito arrestata dalla chiusura della glottide. Può essere causato da indigestione, ingestione di stimolanti o di acqua fredda. Anche l'abuso di alcool può dare singhiozzo.

- 1) L'aceto antisettico reca ottimi benefici, (Vedi sincope): se ne beve un cucchiaino puro o diluito.
- 2) Infuso della pianta intera di Melissa o Cedronella (*Melissa officinalis*); si prepara con un pizzico in

una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a sorsi.

3) Infuso di foglie di Basilico (*Ocimum basilicum*); si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a sorsi.

4) Decotto di semi di Finocchio (*Foeniculum officinale*); si prepara con un cucchiaino colmo in una tazza d'acqua bollente. Fare bollire 10 minuti e fare riposare 10 minuti, poi colare. Bere a sorsi.

5) Infuso di foglie di Veronica (*Veronica officinalis*); si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a sorsi.

SINOVITE

Infiammazione della membrana sinoviale.

1) Cataplasma. Si prepara con foglie fresche pestate di Verbena (Erba sacra, Erba colombina, Erba di S. Giovanni) (*Verbena officinalis*); si unisce un cucchiaio di semi pestati di Lino (*Linum usitatissimum*), un cucchiaio di Camomilla (*Matricaria chamomilla*), un pizzico di crusca di Grano e un bianco d'uovo sbattuto a neve. Tutto a freddo, si mette in un sacchetto di tela; poi si applica sulla parte mettendo sopra al cataplasma degli stracci che possano assorbire il liquido che fuoriesce dal cataplasma stesso. Si rinnova due volte al giorno, finché è necessario.

2) Infuso della pianta intera di Verbena (*Verbena officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

SINUSITE

Infiammazione dei seni frontali per raffreddore, influenza ecc.

1) Si fa un pediluvio molto caldo di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*): 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia bollire 10 minuti. Si fa ri-

posare 20 minuti e si cola in una bacinella. Quindi si immergono i piedi e si massaggia 10 minuti, lasciarli poi a bagno per altri 10 minuti infine li si asciughi.

2) Decotto di foglie di Eucalipto (*Eucalyptus globulus*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare 20 minuti e si cola in una bacinella, poi si immergono i piedi in questo liquido per 20 minuti.

3) Decotto di sommità fiorite di Timo (*Thimus vulgaris*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare 20 minuti e si cola in una bacinella. Quindi vi si immergono i piedi per 20 minuti.

4) Infuso della pianta intera di Veronica (*Veronica officinalis*); si prepara con una manciata in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in due volte mattino e sera, ben caldo. Durata della cura: senza limite.

5) Infuso di foglie di Verbena (*Verbena officinalis*); si prepara con una manciata in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in due volte, molto caldo, mattino e sera. Durata della cura: senza limite.

6) Decotto di sommità fiorite di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*); si prepara con una manciata in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si inspira il liquido dal naso e si espelle dalla bocca, 2-3 volte al giorno.

SLOGATURE

1) Si pone sulla parte una compressa bagnata di tintura d'Arnica, che si prepara facendo macerare per 10 giorni 50 grammi di fiori e radice di Arnica (*Arnica montana*) in un quarto di litro d'alcool a 60°, poi si filtra con carta da filtro e si conserva in bottiglia. Si diluisce una parte di tintura in tre o quattro parti di acqua.

2) Si pone sulla parte una compressa bagnata di aceto antisettico, quindi si fascia con fascia non troppo stretta e si rinnova ogni 24 ore, fino a completa guarigione.

SONNOLENZA

1) Si osservi una dieta ricca di frutta e verdura, evitando cibi conservati, carni e pesci grassi, funghi. Indicata la ginnastica all'aperto.

2) Infuso di sommità fiorite di Origano (*Origanum vulgare*); si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione qualche minuto e si cola. Se ne beve una tazza ai pasti.

3) Infuso della pianta intera di Pervinca (*Vinca minor*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.

4) Infuso della pianta intera di Grindelia (*Grindelia robusta*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

5) Infuso della pianta intera di Basilico (*Ocimum basilicum*); si prepara con una manciata in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve ai pasti, per 10 giorni al mese.

SORDITA' DA REUMATISMO

1) Si dorma alla notte con il guanciale pieno di foglie secche di Felce maschio (*Polystichum filix-mas*).

2) Si introducono nel meato auditivo alcune gocce di olio di Giusquiamo (*Hyosciamus niger*); si prepara con 20 grammi di foglie secche polverizzate, si lascia macerare per 10 giorni in 100 grammi di olio di oliva, e si cola attraverso una tela sottile.

3) Pediluvio: si prepara con 50 grammi di foglie e rametti di Rododendro (*Rhododendron ferrugineum*), in un litro e mezzo d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare

20 minuti e si cola in una bacinella. Quindi vi si immergono i piedi 20 minuti, per 10 giorni.

SPASMO

Movimento involontario di un muscolo in seguito ad irritazione del nervo che lo comanda.

1) Pediluvio: si prepara con 25 grammi della pianta intera di Morella (*Solanum nigrum*) (velenosa) e 25 grammi di Assenzio (*Artemisia absinthium*), in un litro e mezzo d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare 20 minuti e si cola in una bacinella. Quindi vi si immergono i piedi 20 minuti frizionandoli sotto la pianta e ai polpacci, per 10-15 giorni.

2) Decotto di foglie e rametti di Vischio (*Viscum album*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono 2-3 tazzine al giorno, per 15 giorni.

3) Decotto di radice di Valeriana (*Valeriana officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, per 15 giorni.

4) Decotto della corteccia di Robinia (*Pseudoacacia*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 2 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono 2-3 tazzine al giorno, per 10 giorni.

SPASMOFILIA

E' facile nei bambini eccitabili e provoca movimenti improvvisi e per lo più grotteschi, talvolta scambiati per un principio di corea.

1) Si fa un bagno alla settimana della durata di 20 minuti, della pianta intera di Assenzio (*Artemisia absinthium*); si prepara con 150 grammi facendo bollire un quarto d'ora in tre litri d'acqua; quindi si cola e si versa il decotto dentro la vasca da bagno, già preparata con l'abituale quantità d'acqua. Si immerge il bambino nella vasca massaggiandogli

tutta la spina dorsale, delicatamente.

2) Si danno da bere 10 gocce di acqua distillata di Mandorle amare, diluite in due dita di acqua, mattino e sera, lontano dai pasti.

3) Infuso della pianta intera di Pimpinella (*Pimpinella saxifraga*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si dà da bere a cucchiaini in più riprese nel corso della giornata, per 15 giorni.

4) Infuso della pianta intera di Basilico (*Ocimum basilicum*); si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si dà da bere a cucchiaini ai pasti.

SPERMATORREA

Perdita involontaria di sperma, indipendentemente dal coito. Se nel liquido escreto si trovano spermatozoi vivi ciò è anormale.

1) Decotto di rizoma di Tormentilla (*Potentilla tormentilla*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.

2) Decotto della pianta intera di Trientale (*Trientalis aeuropa*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni.

3) Decotto della corteccia di Salice nero (*Salix nigra*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.

4) Decotto della pianta intera di Salcerella (*Lytrum salicaria*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

SPLENITE

Infiammazione della milza.

1) Si ingeriscono mezz'ora prima dei pasti principali uno o due cucchiaini da minestra di succo di Crescione fresco (*Nasturtium officinale*), per 8-10 giorni al mese, fino a completa guarigione.

2) Cataplasma: si prepara con foglie fresche pestate di Verbena (*Verbena Officinalis*) e unite ad un cucchiaino di semi di Lino (*Linum usitatissimum*), un cucchiaino di Camomilla (*Matricaria chamomilla*), un pizzico di crusca di Grano e un bianco d'uovo sbattuto a neve. Tutto a freddo, si mette in un sacchetto di tela, si applica sulla parte mettendo sopra al cataplasma degli stracci, per assorbire il liquido che fuoriesce dal cataplasma stesso. Si rinnova quest'ultimo due volte al giorno, finché è necessario.

STANCHEZZA CEREBRALE (Vedi alla voce ESAURIMENTO NERVOSO)

STENOCARDIA (vedi alla voce ANGINA PECTORIS)

STERILITA'

Incapacità di generare; infecondità. Impossibilità di procreare malgrado l'atto sessuale sia perfetto.

1) La cura "Omeopatica" è quasi sempre positiva se fatta con: Salsapariglia (*Smilax aspera*) alla 6^a diluizione. Osservare scrupolosamente la prescrizione.

2) Oppure, Salvia (*Salvia officinalis*) alla 5^a diluizione. (Sempre "Omeopaticamente".)

STITICHEZZA

Ritardo nello svuotamento degli intestini.

1) Si prendono 5 o 10 fichi secchi, si lavano nell'acqua tiepida e si mettono in una scodella con tanta acqua fredda da ricoprirli. La mattina si mangiano i fichi e si beve la loro acqua, per 8-10 giorni al mese.

- 2) Un grammo di Aloe (*Aloe soccotrina*), bollito per 5 minuti in un quarto d'acqua, bevuta a sorsi durante la giornata, per 10 giorni al mese.
- 3) Decotto di foglie di Barbabietola coltivata (*Beta vulgaris*); si prepara con 25 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola, aggiungendo un pizzico di sale e un cucchiaino di olio di oliva. Se ne beve un bicchiere al mattino a digiuno. Durata della cura: senza limite.
- 4) Fare molto uso di Crescione (*Nasturtium officinale*) in insalata al principio del pasto. L'effetto è sicuro.
- 5) Infuso di foglie di Cicoria (*Cichorium intybus*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Se ne beve un bicchiere al mattino a digiuno, per 15 giorni.
- 6) Decotto della pianta intera di Antillide (*Anthyllis vulneraria*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Se ne beve un bicchiere al mattino a digiuno, per 15 giorni.
- 7) Infuso di fiori e foglie di Prugnolo, Susino di macchia (*Prunus spinosa*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si beve al mattino a digiuno. Durata della cura: senza limite.
- 8) Decotto di sommità fiorite di Sena di Provenza (*Globularia alypum*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 2 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Se ne beve un bicchiere al mattino a digiuno, per 6 giorni.
- 9) Decotto di crusca di Grano (*Triticum sativum*); si prepara con un pugno in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si beve al mattino a digiuno. Durata di questa cura: senza limite di tempo.

STOMATITE

Infiammazione della mucosa della bocca, provocata spesso da abitudine a cibi troppo caldi o troppo drogati, o da antisettici troppo energici.

1) Infuso di foglie di Agrimonia (*Agrimonia eupatoria*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si aggiunge un cucchiaino di acqua ossigenata e si sciacqua la bocca 3-4 volte al giorno.

2) Decotto di Coda di cavallo (*Equisetum arvens*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si aggiunge un cucchiaino di acqua ossigenata e ci si sciacqua la bocca più volte nella giornata.

3) Decotto di scorza di Quercia (*Quercus robur*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si aggiunge un cucchiaino di acqua ossigenata e ci si sciacqua la bocca più volte nella giornata.

4) Infuso di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si aggiunge un cucchiaino di acqua ossigenata e ci si sciacqua la bocca a più riprese nella giornata.

STRANGURIA

Emissione dell'urina a goccia (tenesmo vescicale). Provoca acutissimi dolori prima, durante e dopo la minzione, oltre ad un permanente bisogno di urinare.

1) Decotto di stimmi di Granoturco (*Zea mays*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: fino a completa guarigione.

2) Decotto di rizoma di Gramigna (*Agropyrum repens*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'

ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: fino a completa guarigione.

3) Infuso della pianta intera di Grindelia (*Grindelia robusta*); si prepara con 25 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni.

4) Infuso di sommità fiorite di Olmaria (*Spirea Ulmaria*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

5) Infuso di fiori e foglie di Altea (*Althaea officinalis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

6) Decotto di foglie di Betulla (*Betula alba*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

7) Infuso della pianta intera di Borrago (*Borrago officinalis*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si bevono due bicchieri ai pasti, per 15 giorni.

SUDORE AI PIEDI

1) Decotto di foglie di Alloro (*Laurus nobilis*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si cola in una bacinella. Quindi vi si immergono i piedi, si frizionano e si massaggiano per 10 minuti.

2) Decotto di foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora, si fa riposare 20 minuti e si cola in una bacinella. Quindi vi si immergono i piedi, frizionandoli e massaggiandoli per 10 minuti.

SUPPURAZIONE

Formazione di pus.

- 1) Infuso di foglie di Brucea (*Brucea antidysenterica*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si fanno lavaggi e impacchi locali.
- 2) Infuso di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si fanno lavaggi e impacchi locali.
- 3) Infuso della pianta intera di Antillide (*Anthyllis vulneraria*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si fanno lavaggi e impacchi locali.
- 4) Decotto di foglie di Rovo (*Rubus fruticosus*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si aggiunge un cucchiaino di acqua ossigenata, si fanno lavaggi e impacchi locali.
- 5) Decotto di foglie di Romice (*Rumex patientia*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si aggiunge un cucchiaino di acqua ossigenata, si fanno lavaggi e impacchi locali.
- 6) Decotto di foglie di Cavolo fresco (*Brassica oleracea*); si prepara con 50 grammi di foglie tritate in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione mezz'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si aggiunge un cucchiaino di acqua ossigenata, si fanno lavaggi e impacchi locali.

TABAGISMO

Per l'intossicazione da tabacco si ingerisce mezz'ora prima della colazione, un cucchiaino da minestra di succo di Crescione fresco (*Nasturtium officinale*), fino a completa guarigione.

TACHICARDIA

Anormale rapidità dell'attività cardiaca.

- 1) Infuso della pianta intera di Cardiaca (*Leonurus*

- cardiaca*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono due tazzine al giorno.
- 2) Infuso di sommità fiorite di Ginestra dei carbonai (*Cytisus scoparius*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine nel corso della giornata.
- 3) Infuso di Biancospino (*Crataegus oxyacanta*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve in due volte al mattino e sera, lontano dai pasti.
- 4) Infuso della pianta intera di Grindelia (*Grindelia robusta*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a sorsi in più riprese.

TELAUGETTASIA

Dilatazione dei piccoli vasi. Rete di venuzze violacee sul naso, agli zigomi e al mento, propria degli alcoolizzati e dei malati di fegato. E' sempre sintomatica e quindi è necessario ricercarne la causa.

- 1) Si osservi una dieta ricca di frutta e verdura. Si evitino i cibi conservati, carni e pesci grassi, funghi, alcool, caffè e tè.
- 2) Miscela composta di: Boldo (*Pneumus boldus*) 50 grammi, Enula (*Inula helenium*) 50 grammi, Menta (*Mentha piperita*) 50 grammi e 50 grammi di Epitimo (*Cuscuta epithimum*). Si versa in un quarto d'acqua bollente un cucchiaino da tavola della miscela. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve in due volte ai pasti.
- 3) Decotto della pianta intera di Coda di cavallo (*Equisetum arvense*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare per mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali.

TENESMO

Contrazioni spasmodiche dolorose della vescica e del retto.

1) Spillettoni o Pettine di Venere (*Scandix pecten-venis*); si prepara con 10 grammi di radice in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, per 10 giorni.

2) Infuso della pianta intera di Antillide (*Anthyllis vulneraria*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

3) Infuso di foglie di Buglossa (*Ancusa officinalis*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

4) Infuso della pianta intera di Centinodia (*Poligonum aviculare*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro di metà acqua e metà vino rosso bollenti. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

5) Infuso di sommità fiorite di Verga d'Oro (*Solidago virgo aurea*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro di metà acqua e metà vino rosso bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

6) Infuso della pianta intera di Stellina (*Asperula odorosa*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite di tempo.

TENIA

Vermi cestosi o nastriformi, segmentati e privi di apparato digerente. Dimora nell'intestino tenue dei vertebrati, uomo compreso.

1) Infuso di foglie di Tanaceto (*Tanacetum vulgare*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a cucchiaini nel corso della giornata,

per 10 giorni. (Per gli adulti si raddoppia la dose.)
2) Vino di Assenzio (*Artemisia absinthium*); si prepara facendo macerare 5 giorni 20 grammi della pianta intera in un litro di vino rosso di pura uva; poi si filtra e si prende a cucchiaini (5-6 al giorno, a distanza uno dall'altro). Ai bambini: 2-4 cucchiaini da caffè. *N.B.*: Di tale vino non se ne prenda mai più di 100 grammi gli adulti e 50 grammi i ragazzi, al giorno; perché l'essenza che contiene, essendo tossica, può produrre gravi conseguenze.

TERRORI NOTTURNI

Questa forma di agitazione affligge facilmente i bambini.

- 1) Si consiglia ai genitori di aiutare i propri figli, di farli dormire in una camera con le pareti tinteggiate di color verde tenue perché il verde è un calmante naturale.
- 2) Infuso della pianta intera di Melissa (*Melissa officinalis*); si prepara con un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve caldo, prima di coricarsi.

TETANO

Infezione grave, prodotta attraverso lesione cutanea da un microrganismo la cui spora è resistente al calore, al freddo, ecc.

- 1) Decotto dell'intero tallo di Muschio o Lichene quercino (*Avernia prunastri*); si prepara con la sua polvere, un pizzico in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve in due volte, a distanza di mezz'ora.
- 2) Decotto della pianta intera di Anserina (*Potentilla anserina*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono 3-4 tazze al giorno, per 15 giorni.

TORCICOLLO REUMATICO

Disturbi dei muscoli del collo, spesso causati da espo-

sizione al freddo e all'umido.

1) Decotto della pianta intera di Origano (*Origanum vulgare*); si prepara con 50 grammi in un litro di metà acqua e di metà aceto di vino bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si fanno impacchi molto caldi.

2) Decotto della pianta intera di Borrago (*Borrago officinalis*); si prepara con una manciata in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine ben caldo, nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

TOSSE BRONCHIALE

1) Infuso della pianta intera di Grindelia (*Grindelia robusta*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata molto caldo. Durata della cura: senza limite.

2) Infuso di radice di Enula (*Inula helenium*); si prepara con 15 grammi, ben frantumata, in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si dolcifica con miele e si beve nel corso della giornata, per 10-15 giorni al mese.

3) Infuso della pianta intera di Edera terrestre (*Glecoma hederacea*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Si beve a tazzine bel caldo, nel corso della giornata.

4) Infuso di radice di Consolida maggiore (*Symphytum officinale*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora, senza fare bollire, si cola e se ne bevono 3-4 tazzine al giorno. Durata della cura: senza limite.

5) Infuso di radice di Concordia (*Orchis maculata*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono 3 tazze lontano dai pasti, per 10 giorni al mese.

6) Infuso di fiori di Farfaro (*Tussilago farfaro*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, anche ai pasti. Durata della cura: senza limite.

7) Infuso di fiori di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con una manciata in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola per tela. Si beve a tazzine per 15 giorni.

8) Infuso di sommità fiorite di Marrubio (*Marrubio vulgare*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si addolcisce con miele e si beve molto caldo, nel corso della giornata, per 15 giorni.

9) Si fa un pediluvio tutte le sere. Si fanno bollire 20 minuti in un litro d'acqua, 40 grammi di aghi di Pino (*Pinus silvestris*); si cola e si versa in una bacinella. Vi si immergono i piedi e si massaggiano per 10 minuti, tenendoli a bagno altri 10 minuti.

TOSSICOSI

Avvelenamento organico, autodeterminatosi nell'organismo.

1) Si fa un bagno alla settimana di almeno 20 minuti: foglie fresche di Ranuncolo o botton d'Oro (*Ranunculus acris*) 100 grammi, Cicoria o Radichio (*Cichorium inthibus*) 100 grammi, e 100 grammi di Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*); si fa bollire in quattro litri d'acqua per 20 minuti. Si cola e si versa il tutto dentro la vasca da bagno, già preparata con l'abituale quantità d'acqua. Ci si immerge nella vasca e ci si massaggia tutto il corpo, vigorosamente.

2) Miscela composta: Salsapariglia (*Smilax aspera*) 30 grammi, Radice di Cicoria (*Cichorium inthibus*) 50 grammi, Antillide (*Anthyllis vulneraria*) 100 grammi e 100 grammi di Borrigo (*Borrigo officinalis*). Si versa in un quarto d'acqua bollente un cucchiaino da tavola della miscela. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve al mattino a digiuno, per 20 giorni.

TRACHEITE

Infiammazione della mucosa tracheale.

1) Infuso di erba Cornacchia (*Sisymbrium officinale*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si aggiunge un cucchiaino di acqua ossigenata e si gargarizza 4-5 volte nella giornata.

2) Infuso di fiori di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 5 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si filtra per pannolino sottile. Si beve a cucchiaini ben caldo e dolcificato con miele.

3) Infuso di Stellina (*Asperula odorosa*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine in giornata, caldo e zuccherato.

4) Decotto della corteccia di frutti di Siringa o Serenella (*Syringa vulgaris*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si zucchera e se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, per 10 giorni.

TRACOMA

Infiammazione della congiuntiva, pericolosissima per la vista.

1) Decotto della pianta intera di Fiordaliso (*Centaurea cyanus*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno lavaggi e impacchi sugli occhi, tre volte al giorno.

2) Decotto di Coda di cavallo (*Equisetum arvense*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si fanno lavaggi e impacchi locali, tre volte al giorno.

3) Decotto di foglie fresche di Finocchio (*Foeniculum officinale*); si prepara con una manciata in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione

20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si filtra. Si aggiungono tre cucchiaini di acido borico. Si fanno lavaggi e impacchi locali.

TREMITO

Si osserva nei malati di nevrosi cardiaca e prende i muscoli volontari. Spesso il tremito testimonia la presenza nell'organismo di un veleno, da alcool o da altra causa.

- 1) Si deve disintossicare l'organismo per via osmotica con un bagno di: Verbasco (*Verbascum thapsus*) 100 grammi, farina di Castagno d'India (*Aesculus hippocastanum*) 100 grammi, Saponaria (*Saponaria officinalis*) 100 grammi e 100 grammi di Ranuncolo fresco (*Ranunculus acris*). Si fa bollire il tutto in 4 litri d'acqua per 20 minuti, si cola e si versa il decotto nella vasca da bagno già preparata con l'abituale quantità d'acqua. Quindi ci si immerge e si massaggia vigorosamente la regione renale. (Da un bagno a due alla settimana, per due mesi).
- 2) Infuso di fiori di Biancospino (*Crataegus oxyacantha*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.
- 3) Infuso di petali di Rosolaccio (*Papaver rhoeas*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.
- 4) Infuso di Passiflora (*Passiflora incarnata*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 10 giorni al mese.
- 5) Infuso di foglie e rametti di Vischio (*Viscum album*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni al mese.

TRIGEMINO

Quinto nervo cranico, annerva parte della faccia e del cuoio capelluto. Il quinto nervo è implicato nell'atassia locomotrice e reagisce con dolore atroce, formicolii, caduta dei denti, perdita della sensibilità.

1) Si faccia un pediluvio tutte le sere. Si fa bollire per 20 minuti in due litri d'acqua 20 grammi di Aghi di Pino (*Pinus silvestris*) e 30 grammi di foglie fresche di Ranuncolo o botton d'Oro (*Ranunculus acris*); quindi si cola e si versa in una bacinella. Vi si immergono i piedi e si massaggia vigorosamente sotto la pianta per 10 minuti; poi li si lascia ancora a bagno per altri 10 minuti.

2) Infuso di foglie di Verbena (*Verbena officinalis*); si prepara con 25 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, ben caldo, fino a completa guarigione.

TROMBOSI

Coagulazione di sangue, nel cuore o nei vasi sanguigni.

1) Si osservi una dieta ricca di arance e limoni.

2) Infuso della pianta intera di Fumaria (*Fumaria officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine durante la giornata, per 15 giorni.

3) Infuso di sommità fiorite di Arnica (*Arnica montana*); si prepara con 2 (due) grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti e si cola. Si bevono due, tre tazzine al giorno, per 10 giorni. N.B. Non oltrepassare la dose perché velenosa.

TUBERCOLOSI

Malattia contagiosa, dovuta al bacillo di Koch.

1) Occorre disinfettare l'organismo per via osmotica con un bagno alla settimana di: Aghi di Pino (*Pinus silvestris*) 150 grammi e 150 grammi di Marrubio (*Marrubium vulgare*). Si fanno bollire per 20

minuti le due erbe, si cola e si versa il decotto nella vasca da bagno già preparata con l'abituale quantità d'acqua. Quindi ci si immerge e si massaggia vigorosamente tutta la spina dorsale, per 20 minuti.

2) Infuso di sommità fiorite di Marrubio (*Marrubium vulgare*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si dolcifica con miele e si beve molto caldo, nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

TUMORI MAMMELLARI

1) Cataplasma di farina di Trigonella o Fieno greco (*Foenum grecum*); si prepara con 50 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia bollire fino a che sia evaporata tutta l'acqua. Quindi, a calore moderato, si applica a mo' di cataplasma sulla parte, due volte al giorno fino a completa guarigione.

2) Si mette a macero per due ore una foglia di Cavolo (*Brassica oleracea*) ben pulita, spianata con il mattarello, in una soluzione di acido borico e un cucchiaino di aceto di vino. Si applica sulla parte malata, rinnovandola due volte al giorno.

3) Infuso della pianta intera di Pervinca (*Vinca minor*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.

UBRIACHEZZA

Effetto visibile di bevande alcoliche.

1) Per liberare il soggetto in stato di ubriachezza da ciò che ha ingerito, gli si darà una tazza d'acqua calda con sale comune e la liberazione avverrà subito.

2) Gli si dia da bere un cucchiaino di succo fresco di Cavolo (*Brassica oleracea*), mescolato assieme ad un cucchiaino di aceto al giorno, per 10 giorni al mese.

ULCERA

a) **Ulcerata atonica.** Piaga di formazione spontanea. Si distruggono i tessuti in larghezza e in profondità. 1) Infuso di sommità fiorite di Millefoglie (*Achillea millefolium*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi e lavaggi locali, due volte al giorno. 2) Infuso della pianta intera di Calendola (*Calendula officinalis*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si fanno lavaggi e impacchi locali. 3) Decotto di foglie di Bardana (*Arctium lappa*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno lavaggi e impacchi locali. 4) Decotto di foglie e radice di Cicoria (*Cichorium intybus*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno lavaggi e impacchi locali.

b) **Ulcerata duodenale.** 1) Infuso di Agrimonia (*Agrimonia eupatoria*); si prepara con 50 grammi in un litro di metà acqua e metà vino rosso bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si zucchera e se ne bevono 3-4 tazze al giorno ai pasti. 2) Infuso della pianta intera di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*); si prepara con 50 grammi in metà acqua e metà vino rosso bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Se ne beve una tazza ai pasti. Durata della cura: senza limite. 3) Infuso di radice di Angelica (*Angelica silvestris*); si prepara con 50 grammi in un litro di metà acqua e metà vino rosso bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Se ne beve una tazza ai pasti.

c) **Ulcerata gastrica.** 1) Infuso della pianta intera di Arnica (*Arnica montana*); si prepara con 5 (cinque) grammi in un litro di metà acqua e di metà vino rosso bollente senza fare bollire. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Se ne beve una tazza ai pasti, per 15 giorni al mese, fino a completa guarigione. N.B. Non oltrepassare la dose: è veleno. 2) In-

fuso di rizoma di Tormentilla (*Potentilla tormentilla*); si prepara con 50 grammi in un litro di metà acqua e di metà vino rosso bollente. Si lascia in fusione 2 ore e si filtra. Se ne beve un bicchiere ai pasti, fino a completa guarigione. 3) Infuso di radice frantumata di Enula (*Inula helenium*); si prepara con 50 grammi in un litro di metà acqua e metà vino rosso bollente. Si lascia in infusione due ore e si filtra. Si zucchera e se ne beve un bicchiere ai pasti, fino a completa guarigione. 4) Infuso di radice di Consolida maggiore (*Symphytum officinale*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua quasi bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione. (Adoperare tegami di terra cotta) 5) Decotto della pianta intera di Ortica (*Urtica dioica*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno.

d) Ulcera vescicale. 1) Infuso di sommità fiorite di Iperico (*Hypericum perforatum*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Si dolcifica con miele e si beve nel corso della giornata, fino a completa guarigione. 2) Infuso di foglie e fiori di Altea (*Althea officinalis*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si addolcisce con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

UREMIA

Stato tossico, conseguente alla nefrite acuta e cronica. Presente sempre quando si sia verificato un deterioramento dei reni.

1) Decotto della pianta intera di Erba murale (*Parietaria officinalis*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si aromatizza con qualche goccia di limone, si zuc-

chera e si bevono 4-5 tazzine nella giornata, fino a completa guarigione.

2) Decotto di Prezzemolo (*Petroselinum sativum*); si prepara con 15 grammi di foglie in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 5 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, per 15 giorni.

3) Infuso di foglie di Frassino comune (*Fraxinus excelsior*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si addolcisce con miele e se ne bevono 3-4 tazzine al giorno per 15 giorni.

4) Infuso di sommità fiorite di Iperico (*Hypericum perforatum*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione mezz'ora e si cola. Si addolcisce con miele e si beve nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

URETRITE

Infiammazione dell'uretra. Quasi sempre dovuta a gonorrea. Dà dolore bruciante e frequenza ad urinare. Nell'uomo diviene cronica e lascia uno scolo. Nella donna la guarigione è più facile.

1) Decotto di sommità fiorite di Erica (*Calluna vulgaris*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si dolcifica con miele e si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

2) Infuso di foglie e fiori di Erba Luigia (*Lippia citriodora*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata; durata della cura: 10 giorni al mese per sei mesi.

3) Decotto di coda di Cavallo (*Equisetum arvense*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si bevono 3-4 tazzine al giorno, per 15 giorni.

4) Decotto di foglie di Betulla (*Betula alba*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, fino a completa guarigione.

5) Decotto di Erba Murale (*Parietaria officinalis*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si aromatizza con succo di limone, si dolcifica con miele e se ne bevono 4-5 tazzine al giorno, fino a completa guarigione.

URICEMIA

Presenza di acido urico nel sangue. Si ha nella gotta, nella leucemia e in qualche caso di nefrite.

1) Infuso di peduncoli di Ciliegio (*Prunus cerasus*); si prepara con 20 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata, fino a completa guarigione.

2) Decotto di radice di Bardana (*Erctium lappa*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Se ne bevono 4-5 tazzine al giorno, per 15 giorni al mese, per tre mesi.

3) Si mettono a macero per 8 giorni 300 grammi di polpa di Cipolla (*Allium cepa*) e 100 grammi di miele in un litro di ottimo vino bianco secco. Quindi si filtra. Se ne bevono 2 bicchieri al giorno, mattino e sera lontano dai pasti, per 8 giorni al mese.

4) Decotto di corteccia di Dulcamara (*Solanum dulcamara*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Se ne bevono 3-4 bicchieri al giorno, per 15 giorni.

5) Decotto della pianta intera di Equiseto (*Equisetum arvense*); si prepara con 20 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, per 15 giorni.

6) Infuso di Erniaria (*Herniaria glabra*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, per 15 giorni.

7) Decotto di radice di Fragola (*Fragaria vesca*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Se ne bevono 4-5 tazzine al giorno, per 15 giorni.

8) Decotto di bacche di Ginepro (*Juniperus communis*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno. Durata della cura: senza limite.

9) Decotto di rizoma di Gramigna (*Agropyrum repens*); si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Se ne bevono 3-4 bicchieri al giorno. Durata della cura: senza limite.

10) Decotto di foglie di Mirtillo (*Vaccinium myrtillus*); si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Se ne bevono 4-5 tazze al giorno. Durata della cura: senza limite.

11) Decotto della pianta intera di Piantaggine (*Plantago lanceolata*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia riposare mezz'ora e si filtra. Si aromatizza con Limone, si zucchera e se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, per 10 giorni al mese, per sei mesi.

USTIONI

Lesioni prodotte da calore eccessivo.

1) Si mettono a macero 250 grammi di Iperico fiorito e possibilmente fresco (*Hypericum perforatum*) in mezzo litro di olio di pura oliva con un quarto di litro di puro vino bianco. Si lascia in fusione così a freddo per 6 giorni in un'arbarella di vetro ermeticamente chiusa, quindi si fa bollire la mistura a bagno-maria fino a completa evaporazione del vino. Si cola attraverso tela sottile spremen-

do i residui. La mistura diviene di un bel rosso rubino. Quest'olio è eccellente contro tutte le scottature e ustioni. Si unge la parte lesa con cotone, parecchie volte al giorno. Il dolore scompare quasi immediatamente.

2) Si applica sulla parte ustionata una patata cruda in poltiglia; rinnovandola due volte al giorno.

3) Si applica sulla parte ustionata la radice fresca di *Consolida maggiore* (*Symphytum officinale*) ridotta in poltiglia, rinnovando l'applicazione due volte al giorno.

VAGOTONIA

Stato in cui l'azione del nervo vago tende a sopraffare il sistema nervoso simpatico opposto. Infuso di foglie di Pesco (*Amygdalus persica*); si prepara con un pizzico di foglie tritate in una tazza d'acqua bollente. Si lascia in fusione 5 minuti e si cola. Se ne beve una tazza ai pasti.

VARICELLA

Malattia infettiva acuta, di carattere pustoloso, con forte febbre. Generalmente è epidemica ma benigna, trasmissibile anche dopo molto tempo.

1) Si debella la forma infettiva per via osmotica con un bagno della durata di 20 minuti di: 150 grammi di *Artemisia* (*Artemisia vulgaris*). Si fa bollire 20 minuti in 3 litri d'acqua; si cola e si versa il decotto nella vasca da bagno già preparata con l'abituale quantità d'acqua ben calda. Poi vi si immerge il paziente e gli si massaggia vigorosamente la spina dorsale, per tutta la durata del bagno. Lo si asciuga e lo si mette subito a letto ben caldo.

2) Si somministra subito un infuso di *Achillea* (*Achillea millefolium*) che si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia riposare un quarto d'ora e si cola. Si dolcifica con miele e si dà da bere un cucchiaino ogni 10 minuti.

VARICOCELE

Dilatazione delle vene del funicolo spermatico, che ri-

portano il sangue dal testicolo alla vena renale e alla vena cava.

1) Decotto della corteccia di Castagno d'India (*Aesculus hippocastanum*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Se ne bevono 3-4 tazzine al giorno, 10 giorni al mese, per 6 mesi.

VE NE VARICOSE

Vena dilatata e allungata anormalmente grossa e tortuosa. Sono molto frequenti nelle gambe.

1) Decotto del frutto ridotto in polvere di Castagno d'India (*Aesculus hippocastanum*); si prepara con 40 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Se ne bevono 5-6 cucchiaini al giorno, per 15 giorni al mese.

2) Decotto di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno lavaggi e impacchi locali due volte al giorno.

3) Si unge la parte ulcerata con l'olio di Iperico; si copre con garza e si fascia; rinnovare la medicazione due volte al giorno. (Vedi alla voce USTIONI.)

VERMI

Nei ragazzi la presenza di vermi nell'intestino è più comune di quanto si creda. Il verme si stabilisce nell'apparato digerente in seguito ad ingestione di uova, ingestione compiuta mangiando insalate crude o portando alla bocca le mani sporche di terra.

1) Succo di Aglio (*Allium sativum*); si prepara pestando alcuni spicchi d'aglio e mescolando con vino rosso. Si dà da bere questo miscuglio ai bambini, due cucchiaini al giorno.

2) Infuso di Timo comune (*Timus vulgaris*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Si addolcisce con miele e si dà da bere un cucchiaino da mi-

nestra ogni ora. Questo infuso elimina anche Tenia e Botriocefalo.

VERRUCHE

Escrescenze dell'epidermide più o meno sporgenti, bianche, rosse, brune, arrotondate, più strette alla base.

1) Impiastro di Calendula fresca (*Calendula officinalis*); si prepara pestando la piantina. Si avvolge in un pezzo di garza e si posa sulla verruca. Si deve rinnovare 5-6 volte al giorno.

2) Unguento di succo della pianta fresca di Calendola (*Calendula officinalis*); si prepara con succo ricavato da recente burro fresco, in proporzione di una parte di succo di Calendola e 6 parti di burro. Si lascia bollire il tutto a fuoco lento in un tegame di terra cotta per un quarto d'ora. Si fa riposare un'ora. Poi si spalma sopra un pezzo di garza un po' dell'unguento e si ricopre la parte ulcerata. Si medica tre volte al giorno. Efficace anche nelle eruzioni dartoze (malattie della pelle).

VERTIGINI

Capogiro; perdita del senso dell'equilibrio. Può essere istantaneo o costante.

1) Per fare scomparire il capogiro la prima cosa da farsi è un clistere di acqua calda.

2) Infuso di sommità fiorite di Biancospino (*Crataegus oxyacanta*); si prepara con una manciata in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Se ne bevono tre tazzine al giorno, fino a completa guarigione.

3) Infuso di sommità fiorite di Menta puleggio o Mentuccia (*Mentha pulegium*); si prepara con 10 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Se ne beve una tazza ai pasti, fino a completa guarigione.

4) Infuso di Melissa (*Melissa officinalis*); si prepara con 10 grammi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Se ne beve una tazza ai pasti, fino a completa guarigione.

VOMITO

Espulsione del contenuto gastrico dalla bocca.

1) Infuso di sommità fiorite di Camomilla comune (*Matricaria chamomilla*); si prepara con un cucchiaino in una tazza grande d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a sorsi nel corso della crisi.

2) Infuso di sommità fiorite di Pilatro (*Hypericum perforatum*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a sorsi nel corso della crisi.

3) Infuso della pianta intera di Melissa o Cedronella (*Melissa officinalis*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a sorsi nel corso della crisi.

4) Infuso di sommità fiorite di Millefoglio (*Achillea millefolium*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a sorsi nel corso della crisi.

5) Infuso di sommità fiorite di Menta puleggio (*Mentha pulegium*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si beve a sorsi nel corso della crisi.

VULVITE

Infiammazione della vulva.

1) Infuso di Camomilla (*Matricaria chamomilla*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si fanno lavande locali.

2) Decotto di foglie di Girasole (*Helianthus annuus*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno lavande locali.

3) Decotto di foglie di Olmo (*Ulmus campestris*); si prepara con 30 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno lavande locali.

Parte Seconda

COSMESI

CAPELLI E CIGLIA

Lozione per conservare capelli e ciglia. Si emulsionano (cioè sbattendo fortemente insieme i componenti finché i grassi saranno sospesi in piccolissime goccioline) 55 grammi di olio di ricino, 45 grammi di olio vergine di oliva e 60 grammi di acqua di colonia (Lavanda); poi si scioglie nell'emulsione 1 grammo di acido salicilico. Si avrà così una lozione che, oltre a conservare i capelli e rinforzare le palpebre, sarà disinfettante. Si frizionano i capelli una volta alla settimana e si ungono le sopracciglia tutte le sere.

PALLORE

Per rendere vermiglie le gote e le labbra si mettono in 250 grammi di alcool di vino a 20 gradi 5 grammi di semi di Sorbo (*Pirus domestica*), 1 grammo di polvere di Cubebe (*Piper cubeba*), alcune (10 circa) More di rovo (*Rubus fruticosus*), un pizzico di polvere di Garofano (*Dianthus caryophyllus*), e un pizzico di polvere di Sandalo (*Santalum album*). Si mette il tutto al macero per 8 giorni in recipiente chiuso ermeticamente. Quindi si scalda a bagno maria a fuoco lento per 30 minuti, poi si lascia raffreddare e si filtra. Con il liquido si inumidisce il viso di frequente (non occorre massaggiare) e le guance e le labbra acquisteranno un bel colore incarnato.

PELLE

Non tutti i profani conoscono l'importanza funzionale della pelle, e l'assoluta necessità di mantenerla integra affinché i microrganismi non possano introdursi nel sangue, negli organi, nelle regioni più vitali dell'organismo. Basta un'invisibile puntura d'ago per lasciar passare il bacillo del carbonchio e condurre alla morte. A parte la funzione che ha di tramite a malattie gravi, la pelle ha il controllo importantissimo (e questa volta benefico) della sudorazione. Molte volte il sudare può decidere favorevolmente una forma febbrile acuta. Il bagno costituisce la più completa delle toelette ma, ancora più spesso, è bagno di salute.

1) Per abbellire la pelle si immerga nella vasca da bagno, già preparata con la solita quantità d'acqua ben calda, 200 grammi di sale marino, 50 grammi di bicarbonato di sodio, due litri di latte, 500 grammi di miele e 50 grammi di olio di mandorla dolce e infine un sacchetto di tela contenente un chilogrammo di crusca di Grano. Si agiti bene il tutto. Poi ci si immerga dentro la vasca e si frizioni bene tutto il corpo per mezz'ora. Un bagno alla settimana con questi aromi aumentava il fascino e la bellezza di una Regina di Saba e di un Casanova.

2) Per rendere la pelle bella e sana: si mette a macero per 8 giorni in un quarto di litro di olio di Girasole (*Heliantus annusus*) il succo di un limone, 10 grammi di mallo di Noce in polvere e 10 gocce di tintura di iodio. Si chiude il tutto ermeticamente in un barattolo di vetro. Di tanto in tanto si agita. Infine si cola attraverso un colino. Ci si unge prima di esporsi al sole. Dopo 8 giorni la pelle diventa di colore bronzeo.

3) Bagno igienico, tonificante e antisettico. Si fa un bagno alla settimana della durata di mezz'ora di: aghi di Pino (*Pinus pinea*) e farina di Castagno d'India (*Aesculus hippocastanum*). Si prepara facendo bollire 150 grammi di aghi di Pino e 50 grammi di farina di Ippocastano in tre litri d'acqua per 20 minuti; quindi si cola e si versa tutto il decotto dentro la vasca da bagno già preparata con la solita quan-

tità d'acqua. Ci si immerge dentro la vasca, si friziona vigorosamente sotto la pianta dei piedi e tutta la regione renale.

RUGHE

Pieghe della pelle, date da avvizzimento. Generalmente le donne si allarmano all'apparizione della prima ruga. Per prevenirle è utile fare ogni mattino e sera un leggero massaggio al viso con picchiettamento e delicate frizioni.

1) Infuso di petali di Papavero o Rosolaccio (*Papaver rhoeas*); si prepara con 5 grammi di secchi o 10 grammi freschi in un quarto d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Quindi si fa raffreddare e si massaggia il viso mattino e sera con l'infuso.

2) Decotto di farina di Castagno d'India (*Aesculus hippocastanum*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Quindi si massaggia il viso mattino e sera.

3) Infuso di foglie d'Amemelide (*Hamamelis virginiana*); si prepara con 25 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si massaggia e si friziona il viso mattino e sera.

4) Infuso di foglie di Prezzemolo fresco (*Petroselinum sativum*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora, si aggiunge il succo di un limone e un pizzico di farina di radice di Iride o Giaggiolo (*Iris germanica*). Si fanno degli impacchi sul viso mattino e sera. Rende la pelle liscia e morbida.

5) Si sbatte un bianco d'uovo a neve, con un pizzico di radice in polvere di Iride (*Iris germanica*) e un pizzico di farina di Castagno d'India (*Aesculus hippocastanum*); quindi si spalma sul viso la mistura. Ci si sdraia per mezz'ora con due quadrati di garza intrisi di acqua distillata fresca sugli occhi, poi ci si sciacqua con acqua tiepida. Questa mistura rende la pelle soda e bella.

SCREPOLATURE DELLA PELLE

- 1) Decotto di scorza di Quercia (*Quercus robur*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora e si cola. Si fanno impacchi locali.
- 2) Decotto di foglie e rametti di Vischio (*Viscum album*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si fanno impacchi locali.
- 3) Decotto di foglie di Noce (*Juglans regia*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fanno riposare 20 minuti e si cola. Si aggiunge un cucchiaino di acqua ossigenata. Si fanno impacchi locali.

SEBORREA

Eccessiva secrezione di sebo cutaneo. In alcuni soggetti la pelle untuosa è fonte di complicazioni a causa di una leggera decomposizione del sebo.

- 1) Infuso di Alchimilla (*Alchemilla vulgaris*); si prepara con 30 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si filtra. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.
- 2) Infuso della pianta intera di Veronica (*Veronica officinalis*); si prepara con 15 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 10 minuti e si cola. Si beve a tazzine nel corso della giornata. Durata della cura: senza limite.
- 3) Decotto di rizoma di Gramigna (*Agropyrum repens*); si prepara con 15 grammi in mezzo litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 10 minuti. Si fa riposare un quarto d'ora e si cola. Si beve a tazzine in giornata, per 10 giorni al mese.
- 4) Decotto di radice di Bardana (*Arctium lappa*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi tiepidi locali.
- 5) Decotto di foglie di Agave (*Agave americana*);

si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi tiepidi sulla parte.

6) Infuso di foglie di Guado o Pastello (*Isatis tinctoria*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione un quarto d'ora e si cola. Si fanno impacchi locali.

7) Infuso della pianta intera di Lappola (*Xanthium atrum*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in fusione 20 minuti e si cola. Si fanno impacchi locali.

8) Decotto di foglie e rametti di Rododendro (*Rhododendron ferrugineum*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione 20 minuti e si cola. Si fanno impacchi locali.

9) Decotto di foglie di Tasso barbasso (*Verbascum thapsus*); si prepara con 50 grammi in un litro d'acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare 20 minuti e si cola. Si fanno impacchi locali.

10) Decotto di foglie di Ranuncolo o Botton d'Oro (*Ranunculus acris*); si prepara con una manciata di foglie fresche in un litro di acqua bollente. Si lascia in ebollizione un quarto d'ora. Si fa riposare mezz'ora e si cola. Si fanno impacchi locali.

SENO

Per rassodare il seno si pestano 5 grammi di argilla bianca, la chiara d'un uovo, una noce di Galla, 5 grammi di Mastice e 5 grammi di Incenso. Si mette in fusione in aceto di vino caldo e si massaggiano le mammelle più volte al giorno, rinnovando l'operazione, se occorre.

Parte Terza

LE PIANTE PIU' IMPORTANTI

ACHILLEA

(vedi fig. n. 1)

Achillea, Erba dei tagli, Erba dei carrai, Millefoglio, Erba pennina.

Famiglia delle Composite.

Descrizione: erba perenne con rizoma gracile, strisciante e fusto diritto.

Tempo di fioritura: dalla primavera all'autunno.

Distribuzione geografica: è comune lungo le siepi, sui margini dei fossi, nei prati di tutta la penisola e quasi in tutto il mondo.

Parti usate: tutta la pianta, raccolta durante la fioritura.

Proprietà medicinali. I suoi componenti chimici più importanti sono: un olio essenziale di odore grato e penetrante, una sostanza resinosa amara, l'achilleina, inulina, mucillaggine, tannino, ecc. I fiori hanno odore aromatico. Questa pianta, usata dai tempi più remoti fino ad oggi, ha molta importanza. Ha azione astringente, vulneraria, detergiva ed estersiva, si usa perciò per arrestare qualsiasi emorragia interna od esterna, usandola in decotto od in infuso o applicandola pestata sui tagli, sulle ferite e sulle piaghe. E' utilissima nella leucorrea, deterge le ulcere interne, come astringente arresta le diarree, le dissenterie e risolve l'incontinenza di urina prendendone il the. Questa pianticella si può usare in quasi tutte le malat-

tie infettive, come morbillo, scarlattina, angina acuta, ecc. Di questo dono di Dio si potrebbe parlare per ore intiere, senza riuscire a dirne tutto il pregio. La leggenda di questa Erba medicinale, dalle miracolose virtù, narra che Achille, ferito in battaglia, venne curato dalla Madre Teti con foglie di Achillea. La ferita guarì ed alla pianta fu dato il nome di "Achillea". Altri nomi sono: Sanguinella, Erba del soldato.

ALCHIMILLA

(vedi fig. n. 2)

Alchemilla vulgaris.

Famiglia delle Rosacee.

Descrizione: pianta erbacea con rizoma legnoso, obliquo, che porta alla sua estremità una rosetta di foglie con lungo picciuolo, pieghettate, quasi reniformi, per lo più seghettate su tutto il contorno. Alta 5-30 cm., con foglie sessili o quasi, stipolate. I fiori, di color verde giallognolo, assai piccoli, hanno un calice di otto segmenti, disposti in due serie, di cui quattro esterni (calicetto), spesso poco appariscenti e quattro interni ai primi. Manca la corolla. Gli stami sono da 1 a 4 con filamenti liberi. I pistilli (1-4) hanno ovario con una sola loggia ed un solo seme ciascuna e uno stimma a capocchia. I frutti (achenii) sono da 1 a 4. E' pianta polimorfa, essendovi forme del tutto senza peluria (glabre).

Tempo di fioritura: da maggio a settembre.

Distribuzione geografica: frequente nei pascoli umidi, nei boschi, nei prati di pianura e nelle valli, specialmente nel nord d'Italia e della zona montana e submontana delle Alpi, dell'Appennino e del resto del continente: si trova in tutto il mondo.

Parti usate: le foglie, che si raccolgono nell'estate, si fanno seccare al sole e si conservano in luogo asciutto.

Proprietà medicinali. Ricchissima di tannino è una delle piante più astringenti della nostra flora, tale da poter stare accanto alla ratania. E' anche tonica, vulneraria, consolidante e deterensiva, da usarsi perciò in moltissimi casi. E' eccezionale per rimarginare le feri-

te interne ed esterne. Si consiglia in bevanda per le ulcerazioni dell'intestino, per le fistole, per le ulcere esterne che si lavano con il suo decotto. Arresta il sangue e favorisce la circolazione. Ferma i flussi bianchi delle donne, applicato o bevuto. Guarisce le ernie dei bambini. Il decotto dell'Alchimilla è meraviglioso per le ulcere dei polmoni nella tisi, nelle congestioni attorno ai tubercoli: proprietà, questa, del tannino fisiologico e che manca al tannino farmaceutico. Le foglie, cotte nel vino, si usano come rimedio topico contro le ulcere e le piaghe. Il decotto caldo fa scomparire rapidamente ogni mal di testa. Guarisce in poche ore i raffreddori, le infiammazioni degli occhi e spesso anche i dolori di denti (con gargarismi). Guarisce le infiammazioni del basso ventre, la febbre, le suppurazioni, gli ascessi, i flussi pericolosi e le ernie. Ogni puerpera dovrebbe, per 10-15' giorni, bere il decotto o l'infuso. Il decotto di Alchimilla guarisce la diarrea. Il tè o infuso, con aggiunta di primula, calma i nervi e procura un sonno ristoratore. Contro il prurito vulvare, per i neuro-artritici e per l'afonia, in impacchi locali o in gargarismi, con l'aggiunta di rose in parti uguali, 50 grammi per un litro d'acqua, o meglio ancora, metà acqua e metà vino.

ANSERINA

(vedi fig. n. 3)

Potentilla anserina.

Famiglia delle Rosacee.

Descrizione: pianta erbacea perenne, con rami striscianti a guisa di stoloni (spesso radici dai nodi), gracili, da cui nascono le foglie ed i peduncoli fioriti. Le foglie, con breve picciuolo, sono composte da 15-25 foglioline ovali-allungate, verdi sopra, setose-argentate di sotto (talora anche di sopra), con denti sui margini. Le stipole dell'asse sono più volte divise. I fiori, di un bel giallo dorato, grandi 2 cm. di diametro, sono solitari in cima a lunghi peduncoli. Hanno un calicetto di cinque lobi lunghi quanto i 5 sepali del calice ed una corolla di cinque petali obovati.

Tempo di fioritura: dal maggio all'autunno.

Distribuzione geografica: è frequente nei prati, presso i fossi, nei luoghi umidi, fino alla regione montana in Italia; trovasi pure nel resto dell'Europa e nell'America settentrionale.

Parti usate: tutta la pianta. Si raccoglie d'estate e si fa seccare all'ombra.

Proprietà medicinali. Ha la proprietà di essere un buon astringente nella leucorrea, le emorragie, la diarrea, la dissenteria, passato il periodo infiammatorio. Si usa anche come diuretica e contro i calcoli vescicali. Si raccomanda pure nei vomiti sanguigni in forma di decotto od in polvere. Messa nelle ferite le porta presto a cicatrizzazione e sana le ulcere, specialmente dei genitali. Sciacqui del suo decotto in aceto rassodano i denti mobili, le gengive molli e calmano il dolore dei denti. E' meravigliosa legata sulle palme delle mani e sotto la pianta dei piedi: calma i dolori di tutte le febbri. In tutti i tipi di crampi (stomaco, intestini) il suo decotto, fatto bollire per cinque minuti nel latte e passato attraverso una tela, deve essere bevuto più caldo possibile. Se si vuole un effetto maggiore si pone un panno, piegato più volte ed immerso nel decotto molto caldo, sulla parte malata. L'Anserina si usa con successo anche nel tetano: si applica subito una compressa di decotto di fiori, caldissima, tanto da poterla sopportare, là dove il male è penetrato. Rinnovare più volte al giorno, per provocare del sudore. La pianta può usarsi fresca o secca.

Dosi: 50 grammi per un litro d'acqua.

BARDANA

(vedi fig. n. 4)

Arctium Lappa, Lappa officinalis, Lappa.

Famiglia delle Composite.

Descrizione: pianta biennale, alta circa 1 m., con radice carnosa a fittone, nera all'esterno e bianca nell'interno. Il fusto è eretto, striato, molto ramificato, robusto, pubescente. Le foglie sono grandi, ovali, cuoriformi alla base, picciuolate, alterne, verdi nella pagina superiore e cotonose-biancastre nell'inferiore. I fiori sono disposti in capolini solitari su peduncoli lunghi,

formanti un largo corimbo arrotondato; hanno le squame involucrianti più lunghe dei fiori e munite all'apice di un uncino. Sono tutti eguali: con corolla tubolosa, completi e di colore porporino. I frutti (achenii) sono oblunghi, compressi, con coste e sormontati da un pappo breve di setole ruvide, libere lunghe 6-7 millimetri.

Tempo di fioritura: luglio-agosto.

Distribuzione geografica: comune in Italia nei luoghi incolti, umidicci; lungo le strade di campagna, presso i fossi; si trova anche nel resto d'Europa.

Parti usate: le foglie, le radici del secondo anno ed i semi (frutti). La radice si raccoglie in primavera od in autunno e, tagliata trasversalmente in sottili dischi, si fa seccare a calore moderato. Le foglie si raccolgono in estate e si fanno seccare intere o tagliuzzate; dopo seccate si possono ridurre in polvere per le stagioni in cui non si possono raccogliere.

Proprietà medicinali. I fiori e le foglie, quasi senza odore, hanno un sapore amaro. La radice ha sapore amaro-dolcigno, mucillaginoso. Quest'ultima contiene inulina, una sostanza oleo-resinosa, una gomma insolubile che si gonfia nell'acqua, un olio essenziale, tanino, solfati di potassio, di calcio e di magnesio. La radice è sudorifera, diuretica ed ottima come depurativo, specialmente la sua corteccia: si usa con vantaggio nelle ulcere, nella gotta, nella podagra, nell'artrite, nei calcoli e nella renella, nei catarri polmonari, nei dartri squamosi e forforacei, in tutte le malattie della pelle e nelle sue eruzioni, in certe malattie veneree. Le foglie sono risolutive e si usano come cicatrizzanti, schiacciate, sulle piaghe, sulle ulcere, sulle croste, nelle escoriazioni superficiali per affrettarne la cicatrizzazione. I semi sono diuretici. Le foglie, pestate ed applicate in forma di cataplasma, mitigano i dolori delle articolazioni nell'artrite. Un unguento ottimo per guarire ulcere: si prepara con 100 grammi di succo di foglie ed altrettanto olio di oliva con pezzettini o pallini di piombo. Si agita molto il tutto in una bottiglia finché prenda un color verdognolo. Questa pomata si usa specialmente nelle ulcere varicose delle gambe,

nelle piaghe, sulle quali si pone su di una garza, ricoprendo l'impacco con una foglia di Bardana: il miglioramento e la guarigione avvengono molto rapidamente. L'unguento è anche usato con successo applicato sui tumori scrofolosi aperti di cui rallenta il corso e diminuisce i dolori. E' utile sulla crosta lattea e sul lupus. Il decotto della radice (60 grammi per 1/2 litro di acqua, facendo bollire fino a ridurre a metà) ha successo in tutte le malattie artritiche e reumatiche e specialmente nelle malattie della pelle, come l'erpate squamoso e forforaceo, facendo lavande frequenti. Quando i bambini sono colti da rosolia, si prepara un decotto di 20 grammi di decotto di radice in un mezzo litro di acqua, dandone poi un cucchiaino ogni 5 minuti: in due ore l'eruzione è completa e, tenendo il bambino ben caldo, in due o tre giorni è guarito. La radice fresca, raccolta in primavera ed usata nella cura della foruncolosi, fa cessare in fretta il dolore e, facilitando l'uscita del pus, impedisce la formazione di nuovi foruncoli. Il decotto della radice guarisce la febbre quartana. Il suo seme è eccellente diuretico, sia in infuso nel vino bianco, sia tritato e preso in qualsiasi modo. Contro la caduta dei capelli: il decotto concentrato si massaggia con vigore 4-5 volte per settimana sul cuoio capelluto; se il bulbo non è morto, la crescita è certa. Dosi per il decotto di radice: dai 20 ai 60 grammi, secondo l'età.

BORRAGINE

(vedi fig. n. 5)

Borrago officinalis; Borrana.

Famiglia delle Borraginacee.

Descrizione: pianta selvatica frequente in tutta Italia nei luoghi incolti, lungo le siepi. E' coperta di fitta peluria ed i suoi fiori sono di un bel colore azzurro. Si usano le foglie, cotte in minestre o crude in insalata, con altre erbe. I fiori si mangiano in insalata. Contiene molta mucillagine, resina, nitrato di potassio ed altre sostanze.

Proprietà medicinali. Variano a seconda dei periodi di

vegetazione. Se si raccoglie giovane, in luoghi ombreggiati, ha proprietà emollienti per la molta mucillagine che contiene. Raccolta in fiore è aperitiva, depurativa, sudorifera. Raccolta quando il frutto matura è diuretica, specialmente se vegeta in terreni secchi e ricchi di nitrato di potassio. E' rimedio di gran valore. Le sommità fiorite si somministrano in tutte le febbri e come depurativo del sangue. Un bicchiere del suo succo si dà ai malati di pleurite, per facilitare il sudore. E' rimedio popolare di gran valore che si può usare con ottimo successo nell'influenza, nelle infiammazioni dei polmoni, nelle broncopolmoniti, nelle febbri esantemiche (vaiolo, rosolia, scarlattina), nelle infiammazioni dei reni (nefriti) e della vescica, nell'amaturia e nel reumatismo. Atta a curare tutte le tosse e usata nei raffreddori dei bambini come sudorifera e come depurativa nell'eczema e nella foruncolosi. Come depurativo e diuretico si usa l'infuso dei fiori: 10/15 grammi di fiori infusi per mezz'ora in una tazza di acqua bollente. Si beve ben caldo. Le foglie fresche, schiacciate, messe sugli ascessi e sui tumori infiammati, ne calmano i dolori. Un cataplasma caldissimo allevia i dolori negli accessi di gotta. Contro il reumatismo e contro le tosse si usa l'infuso di 10 grammi di foglie secche in un litro d'acqua bollente (per mezz'ora). Lo si passa e si prende a tazzine, tre o quattro volte al giorno, addolcito con zucchero o con miele. Il decotto dell'intera pianta si fa con 30/60 grammi per un litro di acqua. Si fa bollire per un quarto d'ora a fuoco lento, poi si aggiunge miele e si passa attraverso una tela molto fitta per eliminarne i peli, che potrebbero provocare la tosse, aderendo lungo la gola. Per uso esterno: in fumigazioni emollienti e lavande: 50/100 grammi per un litro d'acqua. L'infuso e il decotto si devono prendere molto caldi se usati come diuretici. Con i fiori e le foglie ed una quantità uguale di zucchero si può fare una buona conserva per l'inverno, adatta anche per dolcificare bibite pettorali. I fiori si raccolgono in luglio e tutta la pianta da maggio ad agosto; il tutto si fa seccare all'aria. Le foglie si usano per le malattie di fegato.

BORSA PASTORE

(vedi fig. n. 6)

Capsella Bursa-pastoris; Erba storna.

Famiglia delle Crucifere.

Descrizione: pianta erbacea, alta in media 30-40 centimetri, con fusto semplice o poco ramificato. Le foglie basilari a rosetta, sono bislunghe intere o dentate o profondamente incise; quelle superiori sono più piccole, triangolari ed abbracciano in parte il fusto. I fiori, bianchi, piccoli ed in grappolo, hanno un calice di quattro sepali, una corolla di quattro petali alterni con i sepali, sei stami, di cui quattro più lunghi (tetradinami) ed un pistillo breve. Esso dà un frutto triangolare, sostenuto da breve peduncolo un po' incavato nel mezzo (seliquetta), formato da due valve a forma di cappuccio, che racchiudono una lamina a cui sono attaccati i semi.

Tempo di fioritura: tutto l'anno.

Distribuzione geografica: comunissima nei luoghi aridi, nelle strade di campagna, sui ruderi, in tutta Italia e nel mondo.

Parti usate: tutta la pianta, fresca o secca. Fresca è migliore.

Proprietà medicinali. Contiene la bursina, tannino, sali di acido malico e di acido citrico ed una saponina. Ha proprietà emostatiche, astringenti, dissecanti, vulneraria. Si usa nell'emottisi, in tutte le emorragie, nelle ferite, negli sputi di sangue, nella dissenteria, nell'ematuria, nelle perdite di sangue delle donne o nelle flussioni congenite con infiammazione. E' pianta popolare di gran valore. L'azione della Borsa pastore è elettiva per l'utero in quanto ne modera le periodiche perdite sanguigne se troppo abbondanti e le promuove quando mancano per pigrizia dell'organo. 10 grammi di erba fresca, bollita in mezzo litro di acqua fino alla riduzione di un terzo, si dà metà per volta, ad un po' di distanza; è un rimedio sicuro, tanto che spesso basta la prima metà. Essa è molto attiva come regolatore del flusso periodico nelle due età critiche della vita della donna, nella pubertà e nella menopausa. Si consiglia a coloro che perdono facilmente sangue, alle

pazienti d'itterizia, alle malate di metrite o di fibroma. Si prescrive l'estratto fluido nella dose di due cucchiaini da caffè al giorno, per 10 giorni prima dell'epoca delle regole, allo scopo di diminuire l'abbondanza. Nelle metrorragie, secondo i casi, fino a sei cucchiaini da caffè nelle 24 ore. In questi casi è ottimo il decotto nel vino. Questa pianta agisce con efficacia contro le febbri malariche: presa per bocca come sugo di pianta fresca o decotto; presa esternamente usando la pianta tagliuzzata, pestata, imbevuta di un cucchiaino di aceto di puro vino con un pizzico di sale; quindi, legata ai polsi del malato ai primi sintomi della febbre, lasciata per 24 ore e rinnovata fino alla scomparsa della febbre. Contro l'atrofia delle membra: si prendono 10 grammi di Borsa pastore e 10 grammi di Alchimilla, ben sminuzzata. Il tutto si fa macerare in mezzo litro di grappa in un recipiente ben chiuso, che si espone al sole per 10 giorni. Quindi si filtra e con essa si friziona più volte al giorno il membro malato; se ne bevono anche due cucchiaini al giorno.

Dose per il decotto: 50 grammi della pianta per un litro d'acqua.

CENTAUREA MINORE

Erythraea centaurium; Scacciafebbre, Biondella, Centaurella, Fiele della terra.

Famiglia delle Genzianacee.

Descrizione: pianta annua, alta 1-4 decimetri o poco più, con foglie inferiori o basali disposte a rosetta, abovata, ottuse. Dalla rosetta si eleva il fusto diritto, angoloso, a cima biforcata, con foglie sessili, opposte, ovali. I fiori, di un bel rosso o roseo (talora anche bianchi), hanno calice tuboloso, gamosepalo con 5 lobi, 5 stami inseriti sul tubo corollino con le antere contorte a spira dopo la deiscenza, ovario supero con stilo filiforme e stimma con due lobi. Il frutto è una capsula lunga due volte il calice, quasi cilindrica, con molti piccolissimi semi quasi globosi, un po' compressi.

Tempo di fioritura: da maggio a settembre.

Distribuzione geografica: comune in Italia e nelle sue isole, nei luoghi incolti, nei prati, nei campi, lungo le strade di campagna, talvolta sulle mura delle città, sui colli ad ulivi.

Parti usate: tutta la pianta fiorita, raccolta in estate. Si fa seccare all'ombra e si conserva in scatole ben chiuse o avvolta in carta pergamena.

Proprietà medicinali. Contiene un glucoside (eritro-centaurina) cristallizzabile, una sostanza amara, resina ed un olio etero. Tutta la pianta ha sapore amaro forte, tanto che si chiama "Fiele della terra". Il suo uso è indicatissimo in tutti i casi in cui sono indicati gli amari-tonici. E' anche febbrifuga. Per queste proprietà essa è molto usata in medicina. Rende preziosi servizi nell'itterizia, che guarisce completamente, facendo eliminare la bile. E' indispensabile nella pirosi e nell'atonìa dello stomaco, negli ingorghi ventricolari, nei disturbi gastrici, nelle cattive digestioni, nella inappetenza, nei dolori di fegato (specialmente se unita con un po' di assenzio), nei dolori di reni, nella tosse canina (sempre con assenzio), nelle flatulenze, nelle diarree atoniche, nell'anemia, nella clorosi, nella scrofola, nello scorbutto, nelle eruzioni cutanee, nelle piccole ulcerazioni, nelle forme suppuranti da impurità del sangue. Questa pianta è anche vermifuga, facendo espellere i vermi dall'intestino (aggiungendo un po' di assenzio) tanto nei bambini che negli adulti. E' pure febbrifuga e molto usata nelle febbri intermitte-nti in infuso: in uno o due giorni esse scompaiono. L'artrite e la sciatica ne traggono vantaggio, come la gotta. Applicata contusa sulle ferite, le ulcere scrofolose o scorbutiche, le purifica e le cicatrizza presto. Dosi: per le febbri, decotto di 15-30 grammi di pianta fiorita per un litro di acqua, bollita per 15 minuti: due tazzine al giorno, mattino e sera. Polvere: 4 grammi al giorno in due volte. Infuso in vino bianco: un bicchiere al giorno, in due volte, prima dei pasti principali. Nelle altre malattie indicate, decotto di 10-25 grammi di pianta fiorita per un litro d'acqua: ogni giorno presa in due tazzine. Come tonica per fortificare e digestiva nelle dispepsie: un bicchierino

da liquore per un quarto d'acqua, bollire 10 minuti e prenderla a cucchiaini od a più riprese prima e dopo i due pasti principali. Il vino si prepara con 60 grammi della pianta fiorita, infusa in un litro di vino, macerando per 8 giorni, poi si filtra e si conserva. Mezzo bicchiere al giorno, prima dei due pasti principali, è un ottimo stomachico ed aperitivo, utilissimo nella clorosi e nell'anemia. Se si aggiungono 10 grammi di bacche di ginepro schiacciate, ha azione favorevole anche sul fegato e sui reni. Di questo vino dovrebbero far uso le giovani pallide, stanche, svogliate, anemiche ed i convalescenti malaticci e senza appetito. Chi è predisposto all'itterizia è necessario ne faccia uso sovente, come pure quelli il cui fegato non funziona bene: è uno dei migliori tonici.

CONSOLIDA

(vedi fig. n. 7)

Symphium officinale; Consolida maggiore.

Famiglia delle Barraginacee.

Descrizione: pianta erbacea, fornita di peli rigidi e diritti, con radice grossa, nera, carnosa, fusiforme, ramificata, perenne. Fusto eretto, alto 60-70 cm. Foglie grandi, pelose, ovali-lanceolate; le inferiori con lungo picciuolo, le superiori più strette e lanceolate con lembo scorrente sul fusto, almeno fino al nodo sottoposto. I fiori sono di regola bianchi, talora rosei o violacei, disposti in cime scorpioidi. Sono composti da un calice diviso in 5 lobi profondi, di una corolla tuboloso-campanulata a 5 piccoli lobi rivolti all'esterno, munita, nella sua fauce, di 5 squame lanceolato-acuminate conniventi (in contatto fra loro); di 5 stami racchiusi nella corolla e di pistillo che dà un frutto di 4 acheni lisci.

Tempo di fioritura: primavera ed estate.

Distribuzione geografica: frequente nei luoghi ombrosi e nei prati umidi di tutta l'Italia settentrionale, sui margini dei fossi e dei torrenti. Trovasi anche nel resto dell'Europa, specialmente centrale, e nella Siberia occidentale. Spesso si coltiva nei giardini.

Parti usate: la radice e le foglie.

Proprietà medicinali. E' ricca di mucillagine vischiosa. Contiene tannino, abbondanti idrati di carbonio solubili, un olio essenziale, allantoina in piccola quantità. Si usa in medicina come astringente, espettorante, adolcente (calma le irritazioni della pelle, dei bronchi, del tubo digerente). Vulneraria, consolidante e cicatrizzante delle ferite e delle piaghe. Questa pianta si usa nelle lussazioni. La pianta, tritata nel vino, facilita i periodi mensili. La radice, mangiata, calma la sete, toglie l'infiammazione dei polmoni ed è emolliente per gli intestini e utilissima nelle malattie dei reni e nell'emottisi. E' vantaggiosa nei flussi di petto, nella dissenteria, nelle fratture e slogature, sia per bocca che all'esterno. I semi e i fiori sono vulnerari. Si usa la radice schiacciata od il succo delle foglie sulle piaghe, che cicatrizza molto in fretta. Nelle perdite di sangue si usa l'infuso della radice e il decotto delle foglie (più caldo possibile) è usato come cataplasma sulle parti gottose. Questa radice si immerge nello zucchero con cui si prepara uno sciroppo. Si usa la radice applicata sulle scottature (ridotta in poltiglia). Un cataplasma di Consolida, imbevuto in olio ed applicato sulle distorsioni, le guarisce quasi istantaneamente. Questa pianta ha la proprietà di favorire la formazione di nuovi tessuti epiteliali specialmente nella superficie gastrica irritata o congestionata dall'ulcera. La Consolida disintossica fegato, reni e vescica, ed è utilissima negli avvelenamenti del sangue, usata sempre in infuso d'acqua bollente. Le foglie secche, messe a bagno per circa mezz'ora ed applicate esternamente, agiscono come se fossero fresche. La Consolida si chiama così perché consolida tessuti ed organi colpiti dai mali sopra citati.

Dosi: l'infuso della radice si ottiene con 30-50 grammi in un litro di acqua bollente; si lascia in fusione per due ore e si prende a cucchiaini, più volte al dì.

DULCAMARA

(Vedi fig. n. 8)

Solanum Dulcamara; Vite selvatica, Vite di Giudea.

Famiglia delle Solanacee.

Descrizione: la Dulcamara, comunissima nelle siepi e nei luoghi umidi, è fruttice della famiglia delle Solanacee, alto 1-2 metri, con caule ramificato, sdraiato od aggrappantesi ai cespugli ed alle siepi. Le sue foglie sono di un verde intenso, picciuolate, ovali, acuminate. Fiorisce dall'aprile all'autunno ed i suoi fiori si presentano raccolti in corimbi peduncolati, opposti alle foglie, in mazzetti nelle cime dei rami, piccoli, grati alla vista, di color turchino, tendente al porporino o di rado bianchi, di odore ingrato. Caduti i fiori, succedono alcune coccole ovate, molli, ripiene di sugo rosso come il corallo, talvolta bianche, di gusto spiacevole, viscoso e con molti semi.

Proprietà medicinali. Le foglie e le coccole della Dulcamara sono dissecanti, detersive, risolutive per le ostruzioni del fegato, per disciogliere il sangue rappreso e sono da prendersi in decotto. I rami hanno virtù diuretiche, sudorifere, indicati in modo speciale nelle malattie croniche del petto, nell'erpete ecc. Se ne prendono 10 grammi in mezzo litro d'acqua, in decotto. Tale cura è molto efficace se il malato la prende a caldo e rimane a letto. Nella raccolta scegliere i rami con corteccia, grossi come un dito mignolo, giallastri, flessibili, coperti di corteccia rugosa. Raccoglierli in primavera od autunno. Come cura primaverile e depurativo del sangue, sudorifero, antivenereo, nella cura delle malattie della pelle e dei reumatismi: infuso di 20-30 grammi di corteccia in un litro d'acqua.

EDERA TERRESTRE

(vedi fig. n. 9)

Glecoma hederacea.

Famiglia delle Labiate.

Descrizione: pianta erbacea perenne, alta 10-30 cm., con radici fibrose aventi origine da un fusto sotterraneo strisciante. I rami eretti hanno foglie opposte, picciuolate, cuoriformi, crenulate e vellutate. I fiori, in numero di 2-3 ascellari, peduncolati, rosei o biancastri, hanno un calice tuboloso, cilindrico, striato, con 5 denti lanceolati, allargati alla base, brevemente

acuminati. La corolla ha due labbri, il superiore breve e con due lobi, l'inferiore, molto vellutato alla base, più largo e più lungo, con tre lobi di cui il mediano più grande intaccato nel mezzo e con macchie violacee. 4 stami, di cui due più lunghi, con le antere ravvicinate a forma di croce. Il pistillo ha lo stilo bifido un po' più lungo degli stami. Il frutto è di 4 acheni ovali finemente punteggiati e circondati dal calice persistente.

Tempo di fioritura: da marzo a giugno.

Distribuzione geografica: comune nei prati, tra le siepi, lungo i fossi, presso i margini dei campi, lungo i muri, nei luoghi boschivi, dal mare alla regione montana.

Parti usate: tutta la pianta fiorita, raccolta nel tempo della fioritura, disseccata al sole e conservata in recipienti chiusi ed in luoghi asciutti.

Proprietà medicinali. La pianta fresca ha odore forte, aromatico, sapore amaro, acre, leggermente balsamico. Le foglie contengono una sostanza resinosa amara ed un olio volatile cui è dovuto l'odore caratteristico. Ha proprietà pettorali o bechiche e vulneraria specialmente nel catarro polmonare, anche cronico, nella tisi incipiente, nell'asma, nelle tossi ribelli, nelle ulcere interne, specialmente dello stomaco e dei reni, in cui dà ottimi risultati. Questa pianta ha proprietà toniche, eccitanti e diuretiche. Ha molta efficacia nella debolezza degli organi digerenti, nelle diarree dei bambini, nei sudori notturni, nella ritenzione di urine e nelle febbri reumatiche. Per tutte le citate malattie è ottima la seguente miscela: Edera terrestre, Issopo, Polipodio, petali di Rosolaccio e Liquirizia, il tutto in parti uguali. Un pizzico della miscela per una tazza d'acqua bollente, zuccherare e bere caldo e ben dolce. Due o tre tazze al giorno. Si raccomanda la tintura alcoolica nelle debolezze di stomaco, nelle flatulenze e nelle dispepsie. Impacchi molto caldi di Edera terrestre giovano ai gottosi, nelle artrosi e come vulneraria, risolutiva e deterensiva.

Dosi: 10-30 grammi per litro d'acqua bollente od in decotto.

FUMARIA

Fumaria officinalis; Erba fumaria, Pié di gallo.

Famiglia delle Fumariacee.

Descrizione: pianta erbacea alta 20-80 cm., con fusto sottile, angoloso, ramificato, eretto (talvolta rampicante). Foglie 2-3 volte divise, con segmenti stretti, allungati-liniari, piani, color verde-mare o verde. I fiori (6-8 mm.) hanno calice di 2 sepali lanceolati, corolla formata da 4 petali disuguali, 2 interni e 2 esterni, di cui uno a sperone ottuso alla base, l'altro è ristretto bruscamente alla base. I sei stami sono riuniti in due fascetti, ognuno dei quali porta 3 antere di cui quella di mezzo ha due cavità o ligge; l'ovario supero, compresso, ha una sola cavità. Il frutto è piccolo, rotondo, più largo che lungo; ha un solo seme. E' pianta polimorfa.

Tempo di fioritura: da aprile a settembre.

Distribuzione geografica: originaria dell'oriente, comunissima nei campi, nelle vigne, nei giardini, lungo le siepi, sui muri, in tutta l'Italia.

Parti usate: tutta la pianta raccolta al principio della fioritura.

Proprietà medicinali. Tutta la pianta ha sapore amaro e disseccata, contiene un alcaloide, la fumarina ed un acido, l'acido fumarico, che forma sali o fumarati di calcio, sodio e potassio. Chiamasi Fumaria perché il suo sugo, messo sugli occhi per rendere chiara la vista, li fa lacrimare come fumo molto acre. Si usa, con ottimi risultati, per fortificare lo stomaco, per migliorare la vista e come depurativo del sangue. Ha proprietà toniche, depurative, diuretiche, aperitive, anti-scorbutiche. Perciò è indicata in molte malattie: nella clorosi, nell'anemia, nella convalescenza, nello scorbuto, nelle scrofole, contro l'acetone, nelle malattie del fegato e della milza, nell'atonìa digestiva e nella ritenzione d'urina. Essa stimola tutte le funzioni organiche, aumenta le secrezioni ed è utilissima in molte malattie croniche. Nelle malattie della pelle, dipendenti da discrasia generale come negli erpeti, dà ottimi risultati, perché la cura tende a depurare completamente il sangue. Se si vuole avere un'azione tonica

si darà per 10 giorni l'infuso di 50 gr. in un litro d'acqua, in ragione di 2-3 tazze al giorno.

Dosi: 25-50 gr. per un litro d'acqua.

ERICA

Calluna vulgaris; *Erica vulgaris semper virens*.

Famiglia delle Ericacee.

Descrizione: è un piccolo arboscello, alto da 30 cm. ad un metro, molto ramificato, rossiccio, con foglie piccole, opposte, su 4 linee, in parte sovrapposte le une con le altre e con 2 punte alla base. I fiori a grappolo sono pendenti, rossi. Hanno un calice di 4 sepali, corolla circa metà più corta del calice, campanulata, con 4 lobi profondi ed 8 stami. Il frutto è una capsula a 4 valve. Frequente nei luoghi aridi, sassosi, specialmente silicei e nelle lande secche. Sono medicinali le sommità fiorite.

Proprietà medicinali. Questa pianta contiene arbutina (che nell'organismo si scompone in zucchero ed idrochinone), molto tannino, una sostanza resinosa, la ericolina ed un olio di odore sgradevole: l'ericinolo. Questa pianta è un potente diuretico, atta ad espellere i calcoli; è anche antiputrida. Si somministra ai malati di cistite con urina purulenta, con ottimi effetti ed agisce anche nelle enteriti. Si usano per ciò 30 grammi di sommità fiorite, che si fanno bollire per 20 minuti in un litro d'acqua. Se ne bevono 2-3 bicchieri al giorno. Questo rimedio agisce ottimamente nelle cistiti dei malati di prostata, per rimarginare piaghe e ferite anche purulente e nei casi di vene varicose facendo degli impacchi sulle parti. Questa pianta è usata per rompere le 'pietre' dei reni e della vescica. L'acqua distillata dai fiori giova alle infiammazioni degli occhi e ne mitiga il dolore. La decozione dei fiori freschi, applicata in forma di impacchi nei dolori artritici, procura giovamento.

GINESTRA SCOPERECCIA

(vedi fig. n. 10)

Sarothamnus scoparius (Genista scoparia)

Famiglia delle Mapilionacee.

Descrizione: arboscello senza spine, alto 1-2 metri, verde, con rami sottili, lunghi, molto angolosi. Foglie inferiori trifogliate con picciuolo; le superiori, sessili, obovali o lanceolate, pubescenti sotto. I fiori, grandi, hanno una corolla papilionacea con stendardo smarginato e carena molto curva. Stilo vellutato alla base, arrotondato a cerchio, slargato sotto lo stimma. Il frutto è un legume lungo 4-5 cm., molto compresso, fornito di lunghi peli sui margini o suture, contenente 8-12 semi lucenti. Tempo di fioritura: da aprile a luglio.

Distribuzione geografica: è comune nelle boscaglie e negli scopeti in terreni silicei incolti della regione submontana e montana di tutta l'Italia e delle sue isole. Serve per fare scope e per ardere.

Parti usate: tutta la pianta, principalmente i fiori, raccolti prima che siano completamente maturi, cioè appena sbocciati, che si seccano rapidamente al sole od al forno e si conservano in posti asciutti. Essi contengono: un alcaloide, la sparteina (che è un potente cardiotonico regolatore delle pulsazioni del cuore, di azione più rapida della digitale e del mughetto, la cui somministrazione dev'essere riservata al medico, perché velenosa); e la scoparina, che si trova unita con sostanze resinoidi, l'azione diuretica si ha soltanto dai fiori. L'uso della pianta, che ha le stesse proprietà, può sostituire l'alcaloide.

Proprietà medicinali. La troviamo usata in medicina dai tempi più antichi. E' utile contro la sciatica ed è diuretica. Si usano le sommità dei rami, i fiori ed i semi. Col succo estratto dai rami teneri, alla dose di 30 grammi, si ottiene un vomitivo ed un purgante. Con i fiori si prepara uno sciroppo od un infuso, con acqua bollente, unito a sommità di menta. Viene prescritto nell'idropisia, nella gotta, nel reumatismo, nelle malattie di fegato, della milza, e nel mesenterio. Con i fiori si fanno fumigazioni, utili agli idropici, per togliere il gonfiore alle gambe. Il vino bianco, in cui si mettono ad infondere le ceneri della pianta bruciata (30-50 grammi di ceneri infuse a freddo in un litro di vino bianco secco) e bevuto in dose di 50-100 grammi 2-3 volte al giorno, è un efficace diu-

retico. L'infuso fa urinare copiosamente. Questo vino è sovrano nell'anasarca (idropisia generale del corpo). L'uso di esso è indicato, come diuretico, negli edemi da ritenzione di cloruri nelle malattie acute dell'apparato respiratorio (pleurite, bronco-polmonite), nelle febbri eruttive, in modo particolare quando l'analisi delle urine indica non sufficiente eliminazione di cloruri.

Dosi: Infuso di fiori: 30 grammi per un litro di acqua bollente; 2-4 bicchieri al giorno. Vino: 30-50 grammi di ceneri per un litro, infuse per 8 giorni.

IPERICO

Hypericum perforatum

Famiglia ipercacee.

Descrizione: pianta rizomatosa, alta 30-80 centimetri, con fusto diritto, quasi cilindrico, ramoso. Negli spazi tra due verticilli di foglie vicini (internodi) due linee un po' sporgenti e opposte che variano di posizione da un internodo all'altro. Le foglie sono opposte, sessili, sparse di punti pellucidi (quando viste per trasparenza): sono ghiandolette contenenti l'elemento odoroso della pianta; nel margine hanno punti neri. I fiori, in una specie di corimbo, di un bel giallo dorato, hanno un bel calice di 5 sepali lanceolati, acuti, punteggiati di nero, molti stami disposti in 5 fascetti ed un ovario superiore con 3 stili. Il frutto è una capsula di 3 valve, contenente molti semi.

Tempo di fioritura: da giugno a settembre. Comune in tutta Italia, nei luoghi asciutti, erbosi, nelle colline ad oliveti, lungo i fossi delle strade di campagna. Trovasi quasi in tutto il mondo.

Parti usate: le sommità fiorite e le foglie, che si raccolgono durante la fioritura (attorno al 24 giugno).

Proprietà medicinali. E' pianta usatissima in medicina (da chi ne sa apprezzare le virtù). I fiori contengono tannino, olio volatile e due sostanze coloranti, di cui una di color giallo e solubile nell'acqua, l'altra rossa, di natura resinosa, solubile nell'alcool e nell'acqua bollente. L'olio volatile si trova in piccole ghiandole

sparse sulla pianta, visibili nelle foglie guardate in controluce, in forma di piccoli punti gialli. Stropicciando fiori o le foglie tra le dita si sente un odore resinoso e sulla lingua un sapore amaro, astringente, un po' salato. L'olio essenziale e la resina danno alla pianta una proprietà antisettica e fu sempre usata come vulneraria per cicatrizzare le piaghe, le ferite e, come balsamica ed astringente, in tutti i catarrhi cronici (bronchiali, dell'intestino, della vescica, ecc.). Per bocca si usa per togliere gl'ingorghi dei visceri, per espellere la renella e per sciogliere il sangue coagulato per contusione. Oltre che nelle malattie indicate si usa contro l'ematuria e la pleurite. La tisana preparata con le foglie ed i fiori scarica la testa e sbarazza i polmoni, lo stomaco, i reni e la vescica dalle mucosità. Se l'urina è rossa bevendo questa tisana ogni ora essa diventa normale. L'ho usata con successo nel trattamento delle piaghe, nelle ulcere e nelle ustioni e bruciature: questa pianta diminuisce il dolore per l'azione anestetica che esercita (debole, ma sicura e continua), modera l'infiammazione, protegge i tessuti lesi senza impedirne l'attività, evita la suppurazione e favorisce la formazione della nuova epidermide. Si usa sotto forma di olio (olio di Iperico), che si prepara mettendo due pugni di sommità fiorite della pianta nell'olio di oliva, entro un recipiente di vetro ben chiuso, ed esponendolo al sole per una decade (in luna crescente). Quindi lo si cola bene: abbiamo così ottenuto un bel colore rosso, pronto per tutti i predetti usi. Quest'olio si dà anche oralmente nei vomiti sanguigni e nelle dissenterie nella dose di un cucchiaino per volta, con effetto miracoloso. Nella gotta, nel reumatismo e nella sciatica, si usa per frizioni e lenisce il dolore in fretta.

Questa piantina è chiamata "erba di San Giovanni" ed anche "Scacciadiavoli". Nel medioevo veniva bruciata nelle case in cui si pensava vi fosse installato il diavolo, perché si pensava che i demoni odiassero talmente l'Iperico da non resistere nemmeno un attimo alla presenza anche di un sol ramoscello di questa pianta.

PAPAVERO SELVATICO

(vedi fig. n. 11)

Papaver Rhoeas.

Famiglia delle Papaveracee.

Descrizione: erba annua spontanea a radice fittonante fibrosa. Fusto eretto alto 30-50-60 cm., peloso, ramoso. Foglie sparse, rade, ellittico-allungate, pennato-partite a lobi lanceolati, acuti, dentati. Fiori grandi, rotondi, solitari, di 4 o di 6-10 petali larghi e lucidi, teneri, color rosso vivo con macchie nero-bruna alla base, fiorenti da maggio a luglio. Capsula ovoides, modesta, semi reniformi reticolati, bruno-rossicci, quasi nerastri. La pianta emana odore viroso e lascia gemere un succo lattiginoso bianco, acre e narcotico. Contiene un alcaloide: la readina.

Luogo di crescita: comunissimo come infestante dei campi fra le messi o tra le macerie, nei campi incolti, ai margini delle strade, dal mare alle colline di tutta Europa.

Proprietà medicinali: si usano i petali rossi dei fiori, freschi o secchi, che hanno proprietà calmanti, pettorali ed un po' sudorifere. Hanno azione simile a quella dell'oppio, ma in minor proporzione. Si usano come calmanti ed espettoranti nelle tosse e nei catarri bronchiali. Si dà un infuso di un pizzico di fiori in 200 grammi d'acqua bollente, insieme a liquirizia o consolida. Sono indicati anche i frutti (tolti i semi) per calmare i dolori: nelle febbri eruttive, nella diarrea e nelle tosse stizzose, insieme con altre piante pettorali (viola, tossillagine, enula, ecc.). Poiché concilia il sonno a chi difficilmente riesce a dormire, come i vecchi e le persone delicate, è da preferire alla somministrazione dell'oppio, che produce disturbi notevoli. I petali si possono raccogliere d'estate e devono seccare rapidamente, perché ammuffiscono in breve tempo. Specialmente nelle zone umide è bene che i treti ed i petali siano conservati in luogo asciutto. Un infuso caldo di petali giova come mucillaginoso e sudorifero nelle febbri catarrali, nelle irritazioni dei polmoni, nelle "grippe" e nelle febbri reumatiche. I preparati più comuni sono: l'infuso, un pizzico in una

tazza d'acqua bollente. La dose media è di 5 grammi da prendersi nella giornata. Se trattasi di persone adulte impedita da tosse stizzosa o da altre cause, ad assopirsi, lo si prende alla sera. L'infuso è utile anche come sudorifero. Lo sciroppo si prende in dose di 20-40 grammi, secondo l'età. Lo sciroppo si prepara versando sopra ad una quantità di treti di papavero 10 volte il loro peso di acqua bollente e lasciandolo in fusione per 5-6 ore, quindi si filtra, poi, per 100 parti di residuo, si aggiungono 200 parti di zucchero, mescolando bene finché sia ben sciolto. Oppure si prepara con 200 grammi di petali infusi in mezzo litro d'acqua bollente per un giorno, poi si filtra con una tela e vi si aggiunge un chilo di zucchero che si fa sciogliere a fuoco lento a bagnomaria.

N.B. Non dare ai bambini decotti di teste o treti di papavero, perché ne danneggiano la crescita.

Dosi: 20-40 grammi in un litro di acqua bollente.

PELOSELLA

(vedi fig. n. 12)

Hieracium Pilosella.

Famiglia delle Composite.

Descrizione: erba perenne, frequente nei siti aridi, pietrosi, erbosi e boschivi, bordi di strade, fessure delle rocce, dal mare alle Alpi. Ha rizoma strisciante da cui nascono stoloni sempre sopra terra, che emettono radici e foglie a rosetta, intiere o quasi, oblungo-lanceolate, biancastre, coperte di peluria cotonosa al disotto, setolose od ispide in ambedue le faccie. I peduncoli fioriferi, alti 15-40 cm., sono nudi (senza foglie), diritti e portano un solo capolino di fiori giallo-zolfo con involucro di brattea pubescente, ghiandolose. I fiori sono tutti con linguetta, nei periferici porporini al disotto. I frutti, quasi cilindrici e tronchi all'apice, sono bruno-rossicci con foglie ed un pappo di setole rigide e fragili. E' pianta che talvolta varia, avendo foglie verdi al disotto o bianco-farinose sulle due faccie.

Tempo di fioritura: dalla Primavera all'Autunno.

Parti usate: tutta la pianta.

Proprietà medicinali. Contiene tannino, pelosellina, antibiotico, mucillagine, ossicumarina, amato, resina, acido tannico. E' diuretica, declorurante e febbrifuga. Si usa per le sue proprietà astringenti nelle dissenterie, nei flussi delle donne, per saldare ferite interne ed esterne, nelle ernie intestinali, nell'epatite, nell'idropisia, nei dolori del fegato e della milza. E' utile come unguento per le ferite esterne e per le ulcere. Nelle febbri terzane ha successo l'infuso nel vino bianco secco ed anche nella tisi, perché questa pianta è ricca di tannino. La pelosella è molto efficace nel rendere più attiva la diuresi (per eliminare l'aurea ed i cloruri). Si prende l'infuso della pianta fresca al 10% o la tintura: 3-4 tazze al giorno. Si consiglia alle persone febbricitanti e deboli che si rimetteranno rapidamente in forza se useranno spesso la polvere della pianta cotta nel vino, nella minestra o nel latte. E' eccellente contro gli accumuli di orina e nell'idropisia. Questa pianta è molto apprezzata nella cura della scrofola e delle idrofobie, delle febbri malariche a tipo quartano, le più ostinate e delle nevralgie periodiche, adoperandone il decotto mattina e sera. Si usa contro la dissenteria del colera.

Dosi: 30-60 grammi per litro d'acqua o vino, usata tanto fresca che secca. Verde è più attiva ed efficace.

PRATOLINA

(vedi fig. n. 13)

Bellis perennis.

Famiglia delle Composite.

Descrizione: comune nei boschi e brughiere del piano submontano e montano, in tutta l'Italia continentale e nelle isole. Fiorisce quasi tutto l'anno. Ha foglie ovali, allargate a spatola presso la sommità. Il capolino dei fiori è portato da un peduncolo sovente breve.

Proprietà medicinali. Contiene una resina amara, un olio etero, inulina, sostanze tanniche e mucillagino-se. Ha proprietà digestive, carminative, diaforitiche e diuretiche. Con il decotto di Pratolina si ha la guarigione delle enteriti mucomembranose e tubercolari si usa specialmente nelle enteriti dei bambini in corso di

dentizione. Dà eccellenti risultati in tutte le forme infiammatorie dell'apparato renale, dai processi infiammatorii acuti del rene stesso alle calcolosi uriche, cistiti e prostatiti. L'acqua dei fiori si usa contro le infiammazioni degli occhi e delle mucose boccale e faringea. In impacchi imbevuti nella stessa è utile per la medicazione di ferite infette, di piaghe a lento decorso e per la cura di eruzioni cutanee. Questa pianticella veniva usata nella vecchia medicina popolare. Era usata internamente (infuso dei fiori: 1 cucchiaino da caffè per tazza; due tazze al giorno) contro le pleuriti e contro le malattie della gola e dei bronchi e per clistere e per irrigazione nelle forme intestinali infiammatorie e nelle emorragie uterine. Due pugni della pianta fresca, macerati in un litro di vino bianco, danno una bevanda che, bevuta nella dose di un bicchiere ogni mattina, agisce nei dolori di testa prodotti da colpi nella commozione cerebrale, nell'idropisia, la renella e gli ingorghi viscerali.

PUNGITOPO

(vedi fig. n. 14)

Ruscus aculeatus; Rusco.

Famiglia delle Asparagacee.

Descrizione: suffrutice cesposso sempreverde con rizoma strisciante grigiastro fibroso, emettente radici avventizie e fusti eretti striati verdi di 25-90 cm., ramosi. Fronde di foglie simulate alterne ovali, coriacee pungenti. Fiori verdi, solitari od appaiati, riposti sulle foglie in ottobre e da marzo a maggio. Bacche globose rosso-corallo con uno o due semi.

Luogo di crescita: boschetti ombreggiati, macchie asciutte e sassose, terreni calcarei assolati, nei colli della regione mediterranea.

Parti usate: il rizoma.

Epoca di raccolta: settembre-ottobre.

Componenti principali: essenza, resina, saponina, amaro, mannite, calcio e sali di potassio.

Proprietà medicinali. E' aperitivo, antiartritico, diuretico. In medicina si usa il decotto del rizoma contro i calcoli, nelle difficoltà di orina e nell'orina sanguino-

lenta, preso a giorni alterni. Si consiglia nei tumori scrofolosi come fondente, nell'ardore di orina e nella gonorrea, contro la colica nefritica e nell'idropisia, prendendone un bicchiere al mattino a digiuno per qualche tempo. E' rimedio eccellente nella gotta e nel reumatismo. Come diuretico si usa da tempi remoti. Dosi: 30-50 gr. per un litro di acqua in decotto; 1 a 2 bicchieri in giornata.

SERPILLO

(vedi fig. n. 15)

Thymus serpyllum.

Famiglia delle Labiate.

Descrizione: erba perenne cespugliosa, bassa di 10-25 cm., con radice legnosa gracile, fibrosa. Fusti prostrati striscianti-ascendenti, sottili, ramosi. Foglie opposte piccole, ovali-ellittiche, ottuse, cuneate, ciliate alla base. Fiorellini a corolla bilobata: labbro superiore diritto smarginato, l'inferiore con 3 lobi incurvati, rosa-porporini in spicasti tozzi o glomeruli appressati, costituenti racemi densi tondeggianti, fiorenti da maggio a settembre. Frutti composti da 4 acheni ovali lisci.

Tutta la pianta esala odore soave e sapore di timolo. Parti usate: le aree fiorite. Diffuso nelle radure e posti aridi, pietrosi, erbosi magri di mare e pianura, pascoli sassosi rupestri e rocce di collina o montagna elevata, nei terreni alluvionali e di brughiera.

Epoca di raccolta: da maggio a settembre.

Componenti principali: olio essenziale formato in prevalenza di cimolo, carvacrolo, timolo, pinene, amaro, tannino, resina, grassi, tracce di saponina e ceneri ricche di manganese.

Proprietà medicinali: nella tosse asinina si consiglia l'infuso di 10 grammi di serpillio per 100 di acqua bollente, a cui si aggiunge un po' di miele. Ai bambini se ne dà un cucchiaino da minestra ogni ora; agli adulti due-tre tazzine da caffè al giorno. Il decotto fatto nel vino e bevuto caldo provoca i mestruai e l'urina, mitiga il dolore degli intestini e dissolve le ventosità, sana le rotture e ferite interne, libera i polmoni, il fegato e

la milza. Il Serpillo ha la proprietà di riuscire a salvare tutti gli animali fessipedi: buoi, vacche, capre, agnelli, maiali, galline, ecc. Perciò chi ha bovini ecc., affetti dall'afta epizootica, deve preparare un decotto di serpilllo, che si ottiene mettendo in un secchio l'erba e infondendovi sopra acqua bollente. Dopo poche ore l'infuso è fatto. Si conserva allora in bottiglia. Per la cura dapprima occorre far uscire il pus dalla narice o dal piede, ecc., mediante acqua leggermente salata, con siringa. Quando tutto è ben lavato, si lavano le parti ammalate con l'infuso. Di solito una sola lavatura basta e l'animale è guarito. Lo stesso si deve fare per le mammelle delle vacche. Quando sono state ben lavate si prende una scodella d'infuso di Serpilllo e vi si tengono dentro per circa 10 minuti: in poche ore saranno guarite. Cura preventiva: chi ha la fortuna di avere le sue bestie sane e non vuole che si ammalino, dia a ciascun animale un litro di decotto di serpilllo, per una sola volta, a digiuno. Ciò basterà a preservarli dal morbo.

Far bollire per 15 minuti un pugno di serpilllo in 2-3 litri d'acqua; servirsi poi del decotto tiepido addolcito con 2-3 cucchiaini di miele per il trattamento delle piaghe della bocca, delle labbra e del naso, ecc.. Il Serpilllo è rimedio sovrano per uomini e animali. Dosi: 30-50 grammi per un litro di acqua o di vino.

VISCHIO

(vedi fig. n. 16)

Viscum album.

Famiglia delle Lorantacee.

Descrizione: pianta legnosa, perenne, con fusto ramificato e più volte biforcuto (dicotomo), con foglie-opposte, coriacee, bislunghe, intere e ristrette alla base. I fiori sono gialli, diglini, a gruppetti di tre. Quelli staminiferi hanno un periconio diviso in quattro lobi e quattro stami sessili; quelli pistilliferi hanno un perigonio pure di quattro lobi ed un ovario, con breve stilo (terminante in uno stimma ghiandoloso) e con un solo ovolo. Il frutto è una bacca sferica, vischiosa che forma il comune Vischio del commercio. E' pian-

ta parassita, che ricava il nutrimento dalle piante su cui vive, per mezzo delle radici (succhiatoi) che introduce nel suo ospite (castagno, pioppo, acero, tiglio, sorbo, carpino, melo, pero, ecc.).

Tempo di fioritura: febbraio-marzo.

Si raccoglie in autunno ed in inverno.

Parti usate: i rami e le foglie.

Proprietà medicinali. Ha composizione chimica complessa; i più importanti, tra i componenti, sono: un alcaloide (viscibina), un glucoside (visciflavina), inosite e due saponine (una neutra, l'altra acida) dalle quali ha potere ipotensivo. Il Vischio è pianta medicinale ben nota ai medici antichi. Il Vischio comune, che si estrae dai suoi frutti (bacche), è eccellente per maturare gli ascessi e le posteme. Unito ad acqua raggia, cera ed incenso, mollifica e sana le ulcere e le posteme maligne. Il Vischio ha proprietà antiepilettiche, perciò lo si adopera per le contusioni e l'epilessia, per il ballo di San Vito o corea, per la tosse asinina e le febbri intermittenti. Fra l'altro fortifica il cervello, come antispasmodico, nelle paralisi, nelle convulsioni, ecc. Il Vischio è anche utile nei disturbi della circolazione sanguigna. Il tè di Vischio ferma tutte le emorragie anche gravissime. Anche in altri disturbi della circolazione porta reali vantaggi, arresta le perdite bianche. E' più efficace con aggiunta di equiseto. Consiglio il tè nelle emottisi ribelli: è più efficace con il Vischio macerato nel rhum. Questo preparato è ottimo nell'arteriosclerosi, nel morbo di Bright. Una miscela in parti uguali di Vischio, Achillea, Biancospino ed Equiseto, è un vero ipotensivo, che cura anche il sistema vaso-motore, senza dare alcun disturbo al cuore, che anzi tonifica. Il Vischio ha azione diuretica, facendo eliminare maggiore quantità di urina, perciò è indicato nelle nefriti croniche ed in quelle interstiziali degli arteriosclerotici.

Dose: 50 grammi per un litro d'acqua.

PRINCIPALI ERBORISTERIE D'ITALIA

Avvertenza: tutti i prodotti di cui si parla nel corso del testo devono essere acquistati nelle erboristerie autorizzate o, alcuni di essi, nei negozi di cosmetica.

PIEMONTE

De Maria O.

Madonna degli Angeli - Villa Helvetia - ALBA (Cuneo)

Erboristeria Negro Teodoro
CESSOLE (Asti)

Erboristeria S. Antonio, di Ottone Ida
P.zza Galimberti 2 - CUNEO

Erboristeria Macagno Carlo
Via Fossano 17 - CUNEO

Erboristeria Baretto Giovanni
P.zza Nuova - CUNEO

Erbe Medicinali
Piazza Seminario 27 - CUNEO

Erboristeria Giorda
Via Ettore Rosa 4 - CUNEO

Erboristeria Rocchia Giuseppe
DEMONTE (Cuneo)

Melchio Anita
DEMONTE (Cuneo)

Erboristeria Santuario
OROPA (Vercelli)

Salza A.
P.zza Caduti per la Libertà e Ind. 15 - MONCALIERI
(Torino)

Erboristeria Turco
MONDOVI' (Cuneo)

Erboristeria Pancalieri Varino
MURELLO (Cuneo)

Erboristeria Capello Giuseppe
Via Re Umberto 18 - PANCALIERI (Torino)

Erboristeria Salvetti Fratelli
Via Roaschia 15 - ROCCAIONE (Cuneo)

Erboristeria Capato Antonio
TRAPPA (Cuneo)

Erboristeria Albergian
Corso Torino 85 - PINEROLO (Torino)

Erboristeria Abello - I.C.E.I.
Via Monte di Pietà 5 - TORINO

Erboristeria Butti Serafino Ric.
P.zza della Consolata 5 - TORINO

Erboristeria Dottoressa Musso
Via Po 11 - TORINO

Erboristeria Marchisio Giovanni
Via Somis 5 - TORINO

Erboristeria Morello
Via S. Dalmazzo 14bis - TORINO

Erboristeria S. Rita
Via Tripoli 72 - TORINO

Erboristeria della Basilica
Galleria Umberto I/4 - TORINO

Antica Erboristeria Foscarol
P. Palazzo di Città 7/E - TORINO

Erboristeria Medicinali 61
Corso Regio Parco 4 - TORINO

Erboristeria Oldano
Corso Palermo 119 - TORINO

Erboristeria Dr. Vigna
Via Di Nanni 108 - TORINO

Erboristeria "Gran Madre"
Corso Moncalieri 3 - TORINO

Erboristeria Alla Crocetta
Via Piazzzi 28 - TORINO

Erboristeria D'Amico Giuseppe
Via Milano 44 - ARONA (Novara)

Erboristeria Rossi Felice
Via Valsesia 59 - NOVARA

Erboristeria Loc. Altavilla I
ALBA (Cuneo)

Erboristeria Aroma
Via Trotti 79 - ALESSANDRIA

Erboristeria Ruffinotti
Via Levete 46 - ALESSANDRIA

Erboristeria Gherlomé
Via Aliberti 28 - ASTI

Erboristeria Riolfi
Via Crocetta 2 - BORGOSIESA (Vercelli)

La Bottega delle Erbe
Via Flecchia 3 - TORTONA (Alessandria)

Erboristeria Soldano
Via De Amicis 18 - VILLANOVA D'ASTI (Asti)

Erboristeria "La Ginestra" Picchi Giorgio
Corso Libertà 92 - VERCELLI

Erboristeria Sartor
Largo Umberto 28 - CARMAGNOLA (Torino)

Erboristeria Dietosan
Via S. Marco - CHIVASSO (Torino)

Erboristeria Floralba
Via Baracca 74 - GRUGLIASCO (Torino)

LOMBARDIA

Roscio Giovanni
ALBAVILLA (Como)

Erboristeria Morlotti Riccardo
Via Tasso 13 - BERGAMO

Erboristeria Bianchi Fettuccia Camillo
BRUNATE (Como)

Froldi Fratelli
Via S. Pellico 12 - CASTELBELLOTTO (Cremona)

Erboristeria Bonomelli
DOLZAGO (omo)

Erboristeria Amighetti
EDOLO (Brescia)

Erboristeria D'Amico
Via N. Tommaseo 8 - LEGNANO (Milano)

Erboristeria Elena F. & F.
MADERNO TOSCOLANO (Brescia)

Erboristeria Stacchezzini
Via Frattini 46 - MANTOVA

Erboristeria Carrari
Via Manzoni 20 - OSTIANO (Cremona)

Erboristeria Ticinum
Piazzetta Salara 12 - PAVIA

Erboristeria I.E.M.A.
Via Adelesio 22 - RANICA (Bergamo)

Erboristeria del Lab. Chinot Italiano
V.le Piave 6 - TREVIGLIO (Bergamo)

Erboristeria Rossi B.
Via Vitt. Veneto 20 - BRESSO (Milano)

Erboristeria Farmacia Internazionale
Via Milano - CORSICO (Milano)

Erboristeria Avocatino E.
Via Vallazze 116 - MILANO

Erboristeria Bagnoli
Via Stephenson 120/16 - MILANO

Erboristeria Aux Herbes Sauvages
Bia Boschetti 1 - MILANO

Erboristeria Casali A.
C.so P.ta Ticinese 18 - MILANO

Erboristeria Centerbe
Via Lattanzio 10 - MILANO

Erboristeria Centerbe di Tarantino F.
Via Muratori 46 - MILANO

Centro Erboristico Milanese
Via Melzo 34 - MILANO

Erboristeria Artigiana
Via Bramante 35 - MILANO

Erboristeria di Corso Vercelli
C.so Vercelli 37 - MILANO

Erboristeria Franchi e Molinari
Via Manara 5 - MILANO

Erboristeria Officinale Mediolanum
Via Volta 19 - MILANO

Erboristeria Ferraro G.
V.le Tunisia 41 - MILANO

Erboristeria Florio A.
Via Zuretti 9 - MILANO

Erboristeria G.B. Tre
Via Durini 26 - MILANO

Erboristeria G.B. 3
Via Boschetti 1 - MILANO

Gricar Chemical
Via M. Macchi 67 - MILANO

Midani Erbe
Via B. Verro 28/8 - MILANO

Erboristeria Herbavis
Via A. Anfossi 15 - MILANO

Erboristeria Galbiati M.
Via U. Bassi 23 - MILANO

Erboristeria Il Mirtillo
Via Camperio 9 - MILANO

Erboristeria Il Profumo della Natura
V.le Piave 5 - MILANO

Erboristeria La Borsa del Pastore
Via Procaccini 60 - MILANO

Erboristeria Le Erbe di p.le Baracca
P.le Baracca 6 - MILANO

L'Erborista della dott.ssa Garagiola
Via M.te Napoleone 9 - MILANO

Erboristeria Novara M.
Via Pontaccio 19 - MILANO

Erboristeria Novetti I
Via Sarpi 63 - MILANO

Erboristeria Rapetti A.
C.so San Gottardo 6 - MILANO

Erboristeria Sessa Carlo
V.le A. Doria 31 - MILANO

Erboristeria Traverso
V.le Mugello 7 - MILANO

La Bottega Erborista
Via Breda 29 - SESTO S. GIOVANNI (Milano)

Erboristeria Montalto-Julvette Alysque
Via Indipendenza 2/B - BUSTO ARSIZIO (Varese)

Erboristeria dott. Olcelli
Via Colombo 99 - SEREGNO (Milano)

VENETO

Erboristeria Nichetti Giorgio & Matteo
ARIANO POLESINE (Rovigo)

Cin Fratelli
Via Umberto I - ARZERGRANDE (Padova)

Erboristeria Coppato Antonio
DONADA (Rovigo)

Erboristeria Brisighello M. & C.
ESTE (Padova)

Erboristeria Zucchelli Francesco
GARDA (Verona)

Erboristeria Brisighello O.
Via Garibaldi 3 - MONSELICE (Padova)

Marcon G. & F.
CODEVIGO (Padova)

Erboristeria I.V.A.L.D.A.
THIENE (Venezia)

Erboristeria C.E.M.A.
S. Croce - VENEZIA

Erboristeria S. Rita
Piazzetta Eremita - VENEZIA

Erboristeria De Stefani
Via Leoncino 8 - VERONA

Erboristeria Sasso Ferruccio
Via SS. Apostoli 35 - VICENZA

Erboristeria Brisighello Oscar
SOLESINO (Padova)

FRIULI-VENEZIA GIULIA

Erboristeria De Rico G.B.
CERCIVENTO (Udine)

Erboristeria Kumar Carlo
P.zza Esportazione - GORIZIA

Erboristeria Valle Egidio
Via Buonarroti 20 - GORIZIA

Erboristeria Iacod M.
Vicolo Schioppettino - UDINE

Erboristeria Tevimi
Ponte Franco Vecchio 8 - TRIESTE

TRENTINO-ALTO ADIGE

Erboristeria Ladurner Arturo
P.zza Duomo 2 - MERANO

Erboristeria Negri A.
Via Lampi 43 - CLES (Trento)

Erboristeria Gazzaldi Renato
Via Cervara 5 - TRENTO

LIGURIA

Erboristeria Merlo Alfredo
Via Chiappori 21/R - SESTRI (Genova)

Erboristeria Lazzini
P.zza S. Agostino 25 - LA SPEZIA

Erboristeria Lantero Onorato
PIGNA (Imperia)

Erboristeria Dr. Ulrich
Via San Luca 12 - GENOVA

Erboristeria San Giorgio
Via delle Vigne 13/R - GENOVA

Erboristeria Scarpari Cav. Enrico
Via XX Settembre 11 - GENOVA

Erboristeria Di Paola
Via Ceseregis 34 - GENOVA

Erboristeria La Natura
P. Brignola 2/R - GENOVA

EMILIA-ROMAGNA

Erboristeria Mingardi M. & F.
Via Ercolani 12 - BAGNACAVALLLO (Ravenna)

Erboristeria Borri
Via Pironi 5 - BONDONE (Ferrara)

Erboristeria Masini Ferdinando
CASOLA VALSENIO (Ravenna)

Erboristeria Galli Ubaldo
CASTEL BOLOGNESE (Ravenna)

Erboristeria Zanelli
Via Emilia 125 - CASTEL BOLOGNESE (Ravenna)

Erboristeria Goretti Giovanni
CENTO (Ferrara)

Erboristeria Guidi M.
Via Pescheria 22 - CESENA (Forlì)

Erboristeria Nibbio Giovanni
CODIGORO (Ferrara)

Erboristeria Morelli
Via Fadina 29 - FAENZA (Ravenna)

Erboristeria De Maria T.
Via Ripagrande 88/A - FERRARA

Erboristeria Casadei & C.
Via Monte Santo 5 - FORLÌ

Erboristeria Fabbri R.
Via Binelli 1 - FORLÌ

Erboristeria Galletti Maria
FUSIGNANO (Ravenna)

Erboristeria Guerra Luigi
FUSIGNANO (Ravenna)

Erboristeria Giuliani
Via Battisti 1 - MASSA LOMBARDA (Ravenna)

Erboristeria Industria e Commercio
Via Alessandria 4 - PARMA

Erboristeria Bruzzisi Prof. Dr.
Viale Mameli 5 - RICCIONE (Forlì)

Erboristeria Lagromina
Via Belle Arti 6 - BOLOGNA

Erboristeria dei Servi
Str. Maggiore 51 - BOLOGNA

Erboristeria M.A. Cobisi Gagliardi
Via Belle Arti 14/A - BOLOGNA

Erbe Medicinali G. Cameno
Via Lame 47 - BOLOGNA

Erboristeria S. Domenico
Via Garibaldi 7/C - BOLOGNA

Erboristeria Montanari
Via Marsala 23/A - BOLOGNA

Erboristeria Rolandini
Via S. Rolandino 3/A - BOLOGNA

Erboristeria S. Ruffillo
Via Toscana 131/C - BOLOGNA

Erbe medicinali Dr. Sassi Lanzani
Via Vaini 13 - IMOLA (Bologna)

TOSCANA

Erboristeria Acuti Alfio
C.so Italia 27 - AREZZO

Erboristeria degli Alessandri
BAGNO A RIPOLI (Firenze)

Erboristeria Macconi Citrom
Via Sauro 4 - LIVORNO

Erboristeria Mastacchi Mario
EMPOLI (Firenze)

Erboristeria Mannelli Vincenzo
MONOPOLI VAL D'ARNO (Pisa)

Erboristeria Tornai Giulio
PIAN DI SCO' (Arezzo)

Erboristeria Frosini Emilio
Via F. Crispi - PISTOIA

Erboristeria Valle Egidio
CUTIGLIANO (Pistoia)

Erboristeria Lazzeri Albertina
SCANDICCI (Firenze)

Erboristeria Ciani Erdorindo
Via Pontenero 22 - SIENA

Erboristeria Cecchimidi Aldo
P. Pellegrino 13 - MARINA DI MASSA (Massa Carrara)

Erboristeria Caiami
Via Ghibellini 190/R - FIRENZE

Erboristeria Comis
P. S. Spirito 12 - FIRENZE

Erboristeria Brunellesco
Via Servi 28 - FIRENZE

Erboristeria Gremomi
Via Faenza 101 - FIRENZE

Erboristeria Toscana
Via Ciompi 12 - FIRENZE

Erboristeria Dilva
Brg. S. Frediano 16/R - FIRENZE

Erboristeria Iozzi
Via Gozzoli 16 - FIRENZE

Erboristeria Moretti M.
Via il Prato 69 - FIRENZE

MARCHE

Albertini Claudio
APPIGNANO DEL TRONTO (Ascoli Piceno)

Erboristeria Federconsorzi
IESI (Ancona)

LAZIO

Gaveglio Giovanni
CASTELFORTE (Latina)

Erboristeria Dinia O.
Via Vetrivio Vacca 47 - FONDI (Latina)

Erboristeria Desideri Mario
POGGIO BUSTONE (Rieti)

Erboristeria Alberti Giuseppe
Via del Gallo - VITERBO

Erboristeria Angeloff Ghencio
Via C. di Rienzo 252 - ROMA

Bonomelli L. Amedeo
Via di Priscilla 59/A - ROMA

Fitoterapia Pesce
Via Clitunno 19 - ROMA

Erboristeria Valfiorita
Via Monte Bello 114 - ROMA

Erboristeria Borri
Via Tropea 18 - ROMA

Erboristeria Cavalli
Via Marronella 14 - ROMA

Centro Erboristico Mediterraneo
Via Pane 70 - ROMA

Erboristeria Monte Sacro
Piazza Rocciamelone 3/A - ROMA

Erboristeria La Tisana
Via Alessandria 180/A - ROMA

Bottega di lunga vita
Via De' Fiore 24/A - ROMA

CAMPANIA

Ulrich D,
Via Oberdan 28/A - NAPOLI

Erboristeria Varreale Silvene
Via L. Nicolardi 129 - NAPOLI

BASILICATA

Erboristeria Giannotti Giuseppe
TERRANOVA DI POLLINO (Potenza)

CALABRIA

Erboristeria Macon Citron
PRAIA A MARE (Cosenza)

Erboristeria Mosca Pasquale
SAN GIOVANNI IN FIORE (Cosenza)

Bottega delle Erbe
Via Piave 7 - COSENZA

Erbe Calabrese
Via Biscardi 5 - COSENZA

Erboristeria Dr. Albino Bianchi
P. Duomo 13 - CROTONE (Catanzaro)

PUGLIE

Erboristeria Masiello G. & F.
C.so Gramsci 69 - CERIGNOLA (Foggia)

Erboristeria Fonte F.
Via Umberto Maddalena 46 - NARDO (Lecce)

Erboristeria Tango
Via San Giovanni 48 - SAN SEVERO (Foggia)

Erbe-Azienda Erbofarmoran
Via Melo 263 - BARI

Erboristeria Internazionale
Via Nicolai 23 - BARI

Erboristerie Riunite. Tutte le erbe medicinali
BARI

SARDEGNA

Erboristeria Carta Massimo
ARITZO (Nuoro)

Bonomi Pia
Via Garibaldi 143 - CAGLIARI

Erboristeria Floris Giuseppe
DELUSO (Nuoro)

Littarru Pietro
DELUSO (Nuoro)

SICILIA

Erboristeria Genco Carlo
Via Quarto 14 - MARSALA

Erboristeria Bombaci Letterio
Via dei Mille - MESSINA

Erboristeria Samperi Giovanni
Via Consolato del Mare - MESSINA

Erboristeria Allegra Gratelli
RIPOSTO (Catania)

Erboristeria Bentivegna Giuseppe
Via Finacchiaro Aprile - PALERMO

Erboristeria D'Angelo
Via Artigliere 5 - PALERMO

Erboristeria D'Angelo
Via Dante 124 - PALERMO

Erboristeria D'Angelo
Via Carini 74 - PALERMO

Erboristeria Fichera
Via Mulino 82 - CATANIA

Erboristeria Maricchiolo
Via Feliciotto 6 - CATANIA

Erboristeria Girone Giovanni
Via Garibaldi 162 - CATANIA

Erboristeria Lentini F.
Via S.G. Alle Grotte 4 - CATANIA

Erboristeria E. Lombardo
Piazza Municipio 12 - AGRIGENTO



DIZIONARIETTO



Alcaloidi. Sostanze organiche le quali, combinandosi cogli acidi, formano i sali. Alcuni dei più potenti veleni: cocaina, morfina, stricnina appartengono agli alcaloidi.

Aromaterapia. Cura con estratti ed essenze di piante medicinali ed aromatiche (es. Origano).

Bagnomaria. E' un sistema di riscaldamento indiretto. Consiste in un recipiente contenente la sostanza da riscaldare o mantenere in temperatura, immerso in un altro recipiente dove l'acqua bolla lentamente.

Bio-catalizzatori. Sostanze che rendono attivi i processi vitali.

Brattea. Involucro simile a foglia, che nasce accanto al fiore e che per la sua forma, colore, ecc. è diversa dalle altre. Le brattee avvolgono i fiori prima che essi sboccino.

Cataplasma. Applicazione esterna di medicamenti in forma di pasta, calda e umida. Può essere preparato con farina di semi di lino, di frumento o altro, mescolato ad acqua fredda indi messo a fuoco lento sino ad ebollizione. Quando la pasta è omogenea e acquista consistenza, la si stende su un pezzo di tela, co-

prendola con un velo di garza che verrà posto sulla parte.

Cauloma. Il cauloma o fusto è la parte assile del cormo, per lo più sotterranea, distinta in nodi (piani dove si inseriscono le foglie) e in internodi (segmenti di varia lunghezza fra un nodo e l'altro), con l'apice vegetativo nudo.

Cellulosa. La membrana cellulare di tutti gli organismi vegetali.

Compresse, impacchi. Si fanno immergendo un panno nel decotto che si vuole usare e che si applica caldo o freddo, secondo i casi, sulla parte malata.

Conservazione delle piante. Si ottiene ponendole, dopo seccate, in scatole di latta, di legno o di vetro e conservandole in luogo asciutto.

Decotto. Si prepara facendo bollire l'erba o le erbe da 10 a 30 minuti e anche di più.

Droga. Sostanza organica contenuta nella parte della pianta che viene utilizzata a scopo terapeutico.

Enzimi. Composti chimici che rendono attivi i processi vitali.

Filloma. Foglia.

Fiore. Apparato di riproduzione di una pianta superiore.

Fitocidi. Germi sterilizzanti.

Fomento. Esposizione della parte malata a vapori caldo-umidi.

Fusto. Parte assile della pianta che collega la radice alle foglie attraverso la quale sale la linfa grezza assor-

bita dalla radice e discende il prodotto dell'attività fotosintetica.

Glucosidi. Sostanze organiche complesse.

Grassi. Composti organici derivati dagli olii contenuti nei frutti e nei semi.

Infiorescenza racemosa. Grappolo (vite).

Infuso. Immersione più o meno prolungata di una parte di vegetale contenente una sostanza che si vuole utilizzare.

Macerazione. Si compie a freddo, immergendo in un liquido, acqua o alcool, varie ore o giorni, le piante da cui si devono estrarre i principi attivi.

Olii Essenziali. Essenze contenute sotto forma di olii in varie parti della pianta.

Piante. Possono essere:

Erbe o piante con fusto non legnoso;

Arbusti o piante con fusto parzialmente legnoso;

Alberi o piante con fusto tutto lignificato.

Proteine. Composti molto complessi essenziali in tutte le cellule viventi, presenti particolarmente nei semi.

Pula. L'involucro corticale del riso.

Radice. Parte sotterranea della pianta fornita di peli assorbenti, attraverso i quali la pianta assorbe acqua e sali minerali.

Rizoma. Fusto trasformato in organo di riserva sotterraneo.

Sommità fiorite. Infiorescenze o fiore terminale.

Spiga. Infiorescenza e infruttescenza con inseriti in gi-

ro fiori sessili o con brevissimo peduncolo (es. grano).

Spremitura. Con la spremitura si ricava dalla pianta la sua parte liquida.

Stame. L'apparato maschile del fiore contenente il polline formato dal filamento e dall'antera.

Stilo. La parte del pistillo che separa l'ovaio dallo stimma.

Stimma. La parte che sormonta lo stilo.

Stipola. Appendice delle foglie che, in numero di due, sono collocate dalle due parti del picciuolo.

Stolone. Parte strisciante della radice che origina radici e fusti.

Strobilo. Infiorescenza o frutto formati dalla riunione di più brattee (es. pino).

Suffumigi. Si praticano bruciando la quantità necessaria della pianta indicata sul fuoco e aspirandone i vapori caldi.

Suffrutici. Pianta a fusto legnoso inferiormente ed erbaceo superiormente.

Tallo. Corpo vegetativo di una pianta semplice che non abbia radici, fusto e foglie (es. alga).

Tè. Le foglie si devono usare in infusione in acqua non bollente perché le piante perderebbero nella bollitura la loro essenza, che è la parte di maggior valore. La bevanda si prepara con la quantità voluta di erba.

N.B.: E' necessario, nel preparare i decotti o gli infusi, non usare recipienti di ferro o di alluminio perché il ferro, combinandosi con il tannino, formerebbe un tannato di ferro, che può alterare il liquido.

Tinture. Si preparano nella proporzione di una parte di erba o radice tritata sottile e 10 parti di alcool a 70°, che si lascerà macerare per 10 giorni in una bottiglia ben chiusa. Poi si filtra attraverso carta da filtro.

Tubero. Fusto sotterraneo molto ingrossato e carnoso (patata).

Tumentosa. Foglie ricoperte di lanugine biancastra.

Valva. Involucro bilaterale di un frutto (es. leguminose).

Vitamine. Sostanze indispensabili alla vita dell'uomo e presenti in piccola porzione in tutti gli alimenti (specialmente vegetali crudi), che hanno sull'organismo umano un'azione stimolatrice e regolatrice delle funzioni vitali.

Vitamina A. Si trova nei cavoli, carote, lattuga, tarasaco, pomodori, spinaci, asparagi, piselli, peperoni, banane, pesche, pere, prezzemolo.

Vitamina B. Si trova nel lievito di birra, cereali (in grande quantità nella crusca), asparagi, carote, cavoli, cipolle, patate, pomodori, banane, datteri, uva, mele, agrumi.

Vitamina C. Si trova negli agrumi, cavoli crudi, cipolle, pomodori, ravanelli, fragole, mele.

Vitamina D. Si trova nell'olio di fegato di merluzzo.

Vitamina E. Si trova negli embrioni dei semi dei cereali, nei legumi verdi, negli oli di semi, nel crescione.

Vitamina K. Si trova nei broccoli, spinaci, germogli di avena.

Vitamina P. Si trova nelle bietole, spinaci, frutta e lievito.



INDICE

Prefazione	pag.	5
Premessa	•	7
Parte Prima: LA SALUTE	•	9
Parte Seconda: COSMESI	•	245
Parte Terza: LE PIANTE PIÙ IMPORTANTI	•	253
Principali erboristerie d'Italia	•	281
Dizionarietto	•	301

CO

LS

E

L

E

COLLANA «L'UOMO E L'IGNOTO»

Louisa E. Rhine, *I canali occulti della mente*

pag. 304 - Lire 3.000

Ernesto Bozzano, *La crisi della morte*

pag. 275 - Lire 4.000

Luigi e Ada Occhipinti, *La telescrittura: dialoghi con l'inconscio*

pag. 224 - Lire 3.500

Ernesto Bozzano, *Popoli primitivi e manifestazioni paranormali*

pag. 268 - Lire 3.500

Italo e Paola Sordi, *L'uomo lupo*

pag. 210 - Lire 3.000

Autori vari, *Panorama di parapsicologia*

pag. 290 - 20 ill. f.t. - Lire 3.500

Andrija Puharich, *Uri Geller*

pag. 332 - 4 ill. f.t. - Lire 3.800

Ernesto Bozzano, *Gli animali hanno un'anima?*

pag. 288 - Lire 3.500

Vincent Gaddis, *Il triangolo maledetto*

pag. 320 - Lire 4.000

Ian Stevenson, *Reincarnazione, venti casi a sostegno*

pag. 512 - Lire 7.000

Eugen Semitjov, *Giorno verrà*

pag. 224 - Lire 3.200

Belline, *Il terzo orecchio*

pag. 264 - Lire 4.000

Milan Ryzl, *Gesù il più grande medium di tutti i tempi*

pag. 248 - Lire 3.500

Gastone De Boni, *L'uomo alla conquista dell'anima*

pag. 594 - 136 ill. f.t. - Lire 8.500

Jean Baptiste Delacour, *Di ritorno dall'aldilà*

pag. 224 - Lire 3.200

J. Gaither Pratt, *Parapsicologia come scienza*

pag. 232 - Lire 3.500

Irene Sängers-Bredt, *L'evoluzione viene dal cosmo?*

pag. 288 - Lire 3.800

Autori vari, *Astrologia oggi*

pag. 280 - Lire 3.800

- John G. Fuller, *Arigò, il guaritore dal coltello arrugginito*
pag. 272 - Lire 3.800
- Upton Sinclair, *Radio Mentale*
pag. 288 - 150 ill. - Lire 3.800
- Matthew Manning, *Da dove vengono i miei poteri?*
pag. 200 - 145 ill. f.t. - Lire 3.500
- Herbert B. Greenhouse, *Il corpo astrale*
pag. 400 - Lire 5.500
- George Zorab, *D.D. Home, il medium*
pag. 320 - Lire 4.500
- Friedrich Jürgenson, *Dialoghi con l'aldilà*
pag. 304 - Lire 4.000
- Giorgio Giorgi, *Il prossimo futuro attraverso le grandi profezie*
pag. 212 - Lire 3.500
- John L. Randall, *La parapsicologia e la natura della vita*
pag. 304 - Lire 4.000
- Joseph Maxwell, *I tarocchi*
pag. 240 - Lire 3.800
- Kendall Johnson, *Effetto Kirlian e aura vivente*
pag. 172 - 112 ill. in b.n. e colori f.t. - Lire 3.500
- A cura di Charles Panati, *Dossier Geller*
pag. 360 - 58 ill. f.t. - Lire 4.800
- Ugo Dèttore, *Normalità e paranormalità*
pag. 416 - Lire 5.000
- Bill Schul e Ed Pettit, *I poteri segreti delle piramidi*
pag. 240 - Lire 3.800
- Norma Lee Browning, *Io ho molte vite*
pag. 256 - Lire 3.800
- Ann Faraday, *Il gioco dei sogni*
pag. 352 - Lire 5.000
- William G. Roll, *Il poltergeist*
pag. 256 - Lire 4.000
- C.L. Linedecker, *Una spia paranormale*
pag. 224 - Lire 3.500
- Joan Grant, *Ricordi di vite passate*
pag. 320 - Lire 4.500
- Gerard Croiset, *Croiset la mia storia*
pag. 320 - Lire 5.000

COLLANA «AI CONFINI DELLA REALTÀ»

Roberto Pinotti, *Visitatori dallo spazio*

pag. 288 - 36 ill. f.t. - Lire 4.000

Charles Fort, *Il libro dei dannati*

pag. 295 - Lire 3.500

C. e J. Lorenzen, *Gli Uranidi (gli occupanti dei dischi volanti)*

pag. 208 - Lire 2.500

Mario Signorelli, *Viaggio cosmico*

pag. 210 - Lire 3.000

Jay David, *Gli UFO*

pag. 364 - Lire 3.800

John Fuller, *Prigionieri di un UFO*

pag. 288 - Lire 3.500

Roberto Pinotti, *UFO: la congiura del silenzio*

pag. 256 - 35 ill. f.t. - Lire 3.800

Raymond Drake, *La bibbia e gli extraterrestri*

pag. 288 - Lire 3.800

Roberto Pinotti, *UFO missione uomo*

pag. 288 - Lire 3.800

George H. Leonard, *Qualcun altro è sulla luna*

pag. 256 - 35 ill. f.t. - Lire 3.800

COLLANA «L'ALTRA MEDICINA»

S. Ostrander e L. Schroeder, *Influssi cosmici e controllo delle nascite*

pag. 288 - Lire 4.000

Pierre Oudinot, *La conquista della salute*

pag. 304 - Lire 4.200

Marten Steinbach, *Chiromanzia medica*

pag. 224 - Lire 3.500



Fig. 1: *Achillea*



Fig. 2: *Alchemilla vulgaris*



Fig. 7: *Simphium officinale*



Fig. 8: *Solanum dulcamara*

Fig. 7: *Simphium officinale*

Fig. 8: *Solanum dulcamara*



Fig. 9: *Glecoma hederacea*



Fig. 10: *Sarothamnus scoparius*



Fig. 11: *Papaver rhoeas*



Fig. 12: *Hieracium pilosella*



Fig. 13: *Bellis perennis*



Fig. 14: *Ruscus aculeatus*

La fitoterapia è di moda. I negozi di erboristeria sono frequentatissimi. Medici, chirurghi, specialisti in omeopatia e in agopuntura riconoscono che l'uomo è sempre più intossicato dalle moderne specialità medicinali.

I principi attivi contenuti in tante costose e sofisticate specialità non fanno che sfruttare i poteri terapeutici che l'uomo primitivo, ieri come oggi, sa trovare in natura. Anche in medicina si preferisce tornare all'origine.

Di libri sulle erbe ne sono stati pubblicati molti in questi ultimi tempi. Tutti descrivono le varie piante medicinali, le loro proprietà terapeutiche, dove si possono raccogliere, in quali stagioni, in quali dosaggi e in quale modo utilizzarle.

Questo libro ci offre qualcosa di più: alla completezza della trattazione, accompagnata da una grande semplicità di linguaggio, che ne fanno un libro scientifico alla portata di tutti, unisce la praticità della consultazione. Non si limita, cioè, ad elencare le malattie in ordine alfabetico con accanto la rispettiva cura, in modo da agevolare al massimo la ricerca delle ricette richieste, ma offre un vocabolario dei termini botanici; una elencazione alfabetica delle erbe di più frequente impiego, anche di quelle utilizzate dalla moderna industria dei cosmetici per le cure della bellezza; un elenco delle erboristerie italiane e tante altre notizie che fanno di questo libro una vera e propria "GUIDA", da consultare in ogni caso di necessità, valido strumento anche per il medico più moderno o più tradizionalista.